



Schulsport in Hamburg – aber sicher!

Inhaltsverzeichnis

1. Einleitung	4
2. Grundlegendes	
Grundsätze zur Sicherheit im Schulsport	6
Erste Hilfe – Was, Wie, Wann und Wo	9
Aufsichtspflicht – das ist zu beachten	10
Versicherungsschutz – gut zu wissen	12
Unfallanzeige – so wird sie ausgefüllt	13
Richtlinien für Schulfahrten	14
Schulsport interkulturell – Kopftuch und mehr	17
Service: Kopiervorlage eines Elternbriefs	19
3. Mitten drin	
Zur Ausstattung von Sportstätten	20
Wartung der Sporthalleneinbauten und der Turn- und Sportgeräte	24
4. Sportunterricht im Freien	
Sport unter besonderen Umständen	26
Sportgerechte Kleidung und Ausrüstung	27
Sicherheit in den Sportspielen	30
Sicheres Gerättturnen	34
Sicher unterwegs auf Rollen, Reifen, Kufen und Ski	38
Sicher im Kanu und Boot unterwegs	40
Sicher an der Boulderwand	42
Sicheres Ringen und Raufen; Judo	44
5. Quellen und Literatur	47
6. Kontakt	49
Impressum	51

1. Einleitung

„Bewegung, Spiel und Sport schließen das Risiko von Unfällen und Verletzungen ein.“ Mit dieser Aussage beginnen die Hamburger „Grundsätze zur Sicherheit im Schulsport“. Wenngleich Hamburg zu den Bundesländern mit den niedrigsten Zahlen schwerer Schulunfälle zählt, sind ca. 11.000 Sportunfälle jährlich (Sportplätze, Turn-/Schwimmbhallen) Gründe genug, die Bemühungen um mehr Sicherheit im und durch Schulsport zu verstärken.

Knapp die Hälfte aller Schulunfälle ereignet sich im Sportunterricht. Als besonders verletzungsgefährlich erweisen sich die Ballsportarten, in denen mehr als 50% der Sportunfälle passieren. Bei vielen Schulsportunfällen spielt das Verhalten der am Unterricht Beteiligten eine zentrale Rolle. Daher kann mehr Sicherheit im Schulsport nicht nur durch technische Maßnahmen erreicht werden.

Neben der Sorge um gute materielle und organisatorische Rahmenbedingungen sind deshalb auch pädagogische, genauer sicherheitserzieherische Interventionen der Lehrkraft erforderlich, um ein aktives Sicherheitsverhalten im Schulsport zu erzielen.

Sicherheit im und durch Sport

Bewegung, Spiel und Sport kann ein für alle Lebensbereiche wertvolles psychomotorisches Sicherheitstraining sein. In diesem Verständnis kann der Schulsport geradezu als ein Element der Unfallverhütung angesehen werden, wenngleich gerade dort viele Unfälle passieren. So bietet der Schulsport Möglichkeiten, neben Kraft und Ausdauer koordinative Fähigkeiten zu verbessern, die für zahlreiche Tätigkeiten und Verrichtungen im täglichen Leben unerlässlich sind.

Sportunterricht ist zudem geeignet, die Sozialkompetenz der Kinder und Jugendlichen zu verbessern: Sie erhalten immer wieder die Gelegenheit, partnerschaftlich und sozial zu handeln.

Bewegungsangebote provozieren und fordern das Mit- und Gegeneinander, das Aufstellen und Einhalten von Regeln oder das Übernehmen von Verantwortung für sich selbst und andere.

Bewegung, Spiel und Sport können auch die Entwicklung der Selbstkompetenz fördern. Durch und in Bewegung erprobt das Kind seinen Körper, es lernt mit ihm umzugehen, seine Stärken und Schwächen einzuschätzen, Signale, z. B. Ermüdung, zu erkennen und zu beachten.

Nicht zuletzt haben Schülerinnen und Schüler im Schulsport die Möglichkeit, in einer geschützten Umgebung handelnd mit verantwortbaren Risiken umzugehen. Insofern kann Schulsport auch zur Ausbildung eines angemessenen Risikobewusstseins beitragen.

Somit verfolgt ein sicherheitsorientierter Sportunterricht immer zwei Ziele:

- Sicherheit im Sport, um Schülerinnen und Schüler vor Verletzungen zu bewahren und
- Sicherheit durch Sport, indem Schülerinnen und Schüler befähigt werden, sicher und gesund mit sich selbst, mit den Mitmenschen und der Umwelt, in gegenwärtigen und zukünftigen sportlichen und anderen Lebenssituationen umzugehen.

Veränderter Sportunterricht

Der Sportunterricht ist unter anderem aufgrund der sich verändernden Interessen der Schülerinnen und Schüler sowie der rasanten Entwicklung der Trendsportarten ständigen Veränderungen unterworfen. Das traditionelle Gerätturnen in Riegenform mit vorgegebenen Bewegungsfertigkeiten hat sich oft zu einem erlebnisreichen Gerätepark entwickelt. Inhalte wie Klettern, Rugby, Flag Football oder Waveboarden haben Einzug in den modernen Sportunterricht gehalten, die Aufgaben und die

Arbeit der Sportlehrerinnen und Sportlehrer sind komplexer geworden.

In Gesprächen mit Kolleginnen und Kollegen und in Fachkollegien tauchen häufig Fragen auf:

- Darf ich Inhalte unterrichten, für die ich gar nicht ausgebildet wurde?
- Welche Voraussetzungen muss ich für die Durchführung von bestimmten Unternehmungen wie Kajakfahrten, Klettern u. a. erfüllen?
- Darf ich mit meiner Klasse während einer Klassenreise zum Schwimmen gehen?

Diese Broschüre soll helfen, Unsicherheiten und Unklarheiten über Regelungen, Vorschriften und Bestimmungen, die den Schulsport in Hamburg betreffen, zu beseitigen. Sportlehrerinnen und Sportlehrer sollen in formalen Fragen sicherer gemacht und in ihrer täglichen Arbeit unterstützt werden. Gleichzeitig soll diese Broschüre aber auch zu einem vielfältigen und zeitgemäßen Sportunterricht ermuntern, der die Entwicklungen in der Bewegungskultur von Kindern und Jugendlichen aufgreift und Freude an Bewegung, Spiel und Sport vermittelt.

Schulsport umfasst in diesem Sinne nicht nur den Sportunterricht im engeren Sinne, sondern ebenso Pausenaktivitäten, schulsportliche Wettbewerbe und Klassen- und Projektreisen mit bewegungsorientierten Inhalten.

Neben aktuellen Regelungen und Bestimmungen enthält diese Broschüre auch inhaltliche Hinweise zur sicheren Gestaltung von Sportunterricht zu Themen wie Sportspiele, Turnen, Trampolinspringen, Trendsportarten, Wassersport und vielem mehr.

Unter „Literaturhinweise“ finden Sie zahlreiche informative Bücher, Broschüren und Zeitschriften zum Thema. Zu den Themen „Schwimmen“ und „Wintersport“ sind gesonderte Hefte erschienen. Diese und viele weitere Publikationen stehen für Sie zudem als Download auf unserer Homepage www.schulsport-hamburg.de zur Verfügung.

Haben Sie darüber hinaus noch weiteren Beratungsbedarf, können Sie sich mit Ihren Fragen gerne an das Referat Schulsport des Landesinstituts für Lehrerbildung und Schulentwicklung und/oder die Unfallkasse Nord wenden, die Sie gerne weiter beraten werden. Kontaktmöglichkeiten finden Sie auf Seite 49.

2. Grundlegendes

Dies erfordert z. B. den freien Zugang zu einem Telefon (ggf. Mobiltelefon), um einen Notruf absetzen zu können.

Dazu gehören z. B. Uhren, Ringe, Ohringe etc. Sie sollten wie Piercing-Schmuck entfernt, mindestens aber mit Tape überklebt werden (s. S. 28).

Grundsätze zur Sicherheit im Schulsport vom 1.8.2007

I.

1. Bewegung, Spiel und Sport schließen das Risiko von Unfällen und Verletzungen ein. Das gilt für alle Erscheinungsformen des Sports und damit auch für die des Schulsports. Dieser findet im Sportunterricht, daneben in Arbeitsgemeinschaften, Neigungsgruppen, in Form von schulsportlichen Wettbewerben, Spiel- und Sportfesten, Schulsportwochen, Schulfahrten, Wandertagen, Projektzeiten und in Pausen statt.

2. Die Lehrkraft oder die verantwortliche Person hat besondere Pflichten, das mit dem Sport verbundene Risiko möglichst gering zu halten, um Gefährdungen der Schülerinnen und Schüler und dritter Personen vorzubeugen und um Schäden zu vermeiden. Aufgrund ihres fachlichen Wissens bestimmt sie, welches Sportvorhaben durchgeführt werden soll. Dabei beachtet sie die Erfordernisse der Erziehung zu einem sicherheitsorientierten Verhalten und entscheidet, ob bzw. welche Sicherheitsmaßnahmen notwendig sind. Hierbei hat sie zu berücksichtigen, ob

- die Schülerinnen und Schüler den Anforderungen und körperlichen Belastungen nach Alter, Geschlecht und Leistungsstand gewachsen sind,

- die jeweiligen Örtlichkeiten und die Sportgeräte den Sicherheitsanforderungen genügen,
- die Schülerinnen und Schüler durch Dritte gefährdet sind oder Dritte gefährden,
- Erste-Hilfe-Einrichtungen vollständig und erreichbar sind, sie selbst Erste Hilfe leisten kann und ob erforderlichenfalls umgehend eine ärztliche Versorgung möglich ist,
- die Schülerinnen und Schüler so an freie Arbeitsformen gewöhnt sind, dass sie einzeln oder in Gruppen ohne unmittelbare und ständige Aufsicht sein können,
- die Schülerinnen und Schüler die Wege zu außerhalb des Schulgrundstücks gelegenen Sportstätten allein zurücklegen können.

3. Die Lehrkraft oder die verantwortliche Person ist verpflichtet,

- darauf zu achten, dass sie selbst und die Schülerinnen und Schüler sportgerechte Kleidung tragen und dass alle Gegenstände abgelegt werden, die Verletzungen hervorrufen können,
- Schülerinnen und Schüler auf Gefahrenquellen hinzuweisen,
- erkannte Unfallquellen zu melden und dafür zu sorgen, dass schadhafte Geräte nicht mehr benutzt werden,

- Schülerinnen und Schüler bzw. deren Erziehungsberechtigte anzuhalten, der Schule Umstände mitzuteilen, die eine **Teilnahme am Sport** einschränken oder ausschließen könnten,
- Brillenträger bzw. deren Erziehungsberechtigte auf die Zweckmäßigkeit des Tragens von Sportbrillen (siehe Seite 28) hinzuweisen,
- die Sportstätte grundsätzlich vor den Schülerinnen und Schülern zu betreten, nach ihnen zu verlassen und – insbesondere beim Schwimmen – die Vollständigkeit der Lerngruppe zu überprüfen.

4. Die insbesondere mit den sogenannten **Natursportarten** (Schwimm-, Wasser-, Winter-, Eis- und Klettersport) verbundenen besonderen Risiken erfordern eine erhöhte Sachkenntnis der Lehrkraft bzw. der verantwortlichen Person. Deshalb muss sie die jeweilige Sportart aus eigener Erfahrung kennen, um ihre neueren Entwicklungen wissen und vom Gerät oder der jeweiligen Umgebung ausgehende Gefährdungen richtig einschätzen können. Dies gilt auch für Teilbereiche der anderen Sportarten. Eine methodisch folgerichtige Planung des jeweiligen Vorhabens, eine sorgfältige Auswahl der Übungen und eine entsprechende Organisation helfen, eine Gefährdung der Schülerinnen und Schüler zu vermeiden. Grundsätze, Regelungen und Empfehlungen, wie sie beispielsweise die Deutsche Gesetzliche Unfallversicherung (DGUV), die Spitzenverbände des Deutschen Olympischen Sportbundes (DOSB), die Deutsche Lebens-Rettungsgesellschaft (DLRG) oder auch der Deutsche Alpenverein (DAV) herausgeben, sind dabei ebenso zu beachten wie

gesetzliche Bestimmungen und andere Vorschriften.

5. **Das schriftliche Einverständnis** der Erziehungsberechtigten ist erforderlich, wenn die unter Punkt 4 genannten Natursportarten außerhalb des Sportunterrichtes, etwa als Teil einer Schulfahrt oder im Rahmen eines Sportfestes, ausgeübt werden sollen.

6. **Bei allen Wassersportarten** müssen die Schülerinnen und Schüler sichere Schwimmer sein. Bei Fahrten auf **Großgewässern und Gewässern** mit starker Strömung oder Wellengang müssen Schwimmwesten angelegt werden.

7. Schwimmunterricht darf nur von Lehrerinnen und Lehrern erteilt werden, die eine Schwimmlehrbefähigung (z. B. im Rahmen des Sportstudiums) erworben haben oder einen von der Behörde erteilten oder anerkannten Befähigungsnachweis besitzen. Sie müssen außerdem innerhalb der letzten vier Jahre ihre Präventions- und Rettungsfähigkeit im Rahmen einer Fortbildung bei der Deutschen Lebens-Rettungsgesellschaft (DLRG) nachgewiesen haben (Deutsches Rettungsschwimmabzeichen Silber). Die zuständige Behörde kann weitere geeignete Personenkreise mit entsprechender Qualifikation beauftragen, Schwimmunterricht zu erteilen. Beim Baden muss die Lehrerin/der Lehrer sicherstellen, dass eine **Aufsicht anwesend** ist, die retten kann, wenn sie/er selbst dazu nicht in der Lage ist.

Schülerinnen und Schüler sowie Eltern sollten auch auf die möglichen positiven Auswirkungen von Sport und Spiel bei Allergien und chronischen Krankheiten (Asthma etc.) hingewiesen werden. In solchen Fällen kann zusätzlich ein Kontakt mit dem behandelnden Arzt nützlich sein, um Belastungsmöglichkeiten und -grenzen im Einzelfall zu klären. (Weitere Informationen dazu enthält die Handreichung „Aktiv statt Attest“.)

Dies bezieht sich insbesondere auf Vorhaben, die außerhalb des Sportunterrichts für Wandertage, Klassenreisen, Projektzeiten etc. geplant werden. Aber auch außergewöhnliche Vorhaben im Rahmen des Unterrichts wie Skaten, Klettern an künstlichen Wänden etc. fallen unter diese Regelung.

In der Regel wird dies durch die Vorlage des Schwimmabzeichens „Bronze“ nachgewiesen. Empfehlenswert ist aber in jedem Fall die Kontrolle der Fähigkeiten der Schülerinnen und Schüler in einem Schwimmbad, sofern Ihnen diese nicht aus einem Schwimmunterricht bekannt sind.

Das Anlegen von Schwimmwesten ist vorgeschrieben.

Die hierfür notwendigen Qualifikationsanforderungen werden unter den Punkten 7 und 8 dieser Sicherheitsbestimmungen aufgeführt.

Diese neu aufgenommene Regelung ermöglicht es auch älteren, erfahrenen Kolleginnen und Kollegen, den Schwimmunterricht weiter durchzuführen, wenn sie Zweifel über die eigene Rettungsfähigkeit haben.

Diese ist für in Hamburg ausgebildete Sportlehrerinnen und Sportlehrer in der Regel die Schwerpunktfachprüfung in der entsprechenden Sportart. Gemeint sind damit die qualifizierenden Kurse für diese Sportarten, die in den Veröffentlichungen des LI-Sport als solche ausgeschrieben sind.

Diese Aussage betrifft z. B. den Einsatz von Trampolinen im Sportunterricht. Dafür ist zwar keine formale Lehrbefähigung Voraussetzung, allerdings die Pflicht, sich eingehend über die gerätetechnischen, methodischen und unfallverhütenden Fragen zu informieren und beraten zu lassen.

8. Für Klettern, Ski alpin und Bootssportarten ist eine der folgenden Befähigungen für die jeweilige Sportart erforderlich:

- bestandene Prüfung im Rahmen eines Ausbildungs- oder Studienganges Sport,
- erfolgreiche Teilnahme an einer Fortbildungsveranstaltung der Behörde,
- abgeschlossene Übungsleiter- oder Trainerausbildung eines Fachverbandes des Deutschen Sport-Bundes (DSB),
- eine von der Behörde im Einzelfall als gleichwertig anerkannte Befähigung.

In den Wassersportarten muss eine verantwortliche Person retten und wiederbeleben können (DRSA Silber).

9. Für alle sportlichen Unternehmungen kann die Lehrkraft bzw. die verantwortliche Person die Hilfe und Beratung durch die Behörde in Anspruch nehmen. In Zweifelsfällen besteht für sie die Pflicht, sich beraten zu lassen. Dieses gilt besonders dann, wenn sie mit ihren Schülerinnen und Schülern eine im Allgemeinen nicht übliche Sportart betreiben will.

10. Auf die Richtlinien zum Unterricht, die Rahmenpläne, Hinweise und Erläuterungen, Handreichungen und Unterrichtsmaterialien, das jährlich erscheinende Schulsport-Handbuch, die Richtlinien für Schulfahrten sowie das Verzeichnis des LI-Sport wird hingewiesen.

II.

Diese Bestimmungen treten am 1. 8. 2007 in Kraft und ändern die Grundsätze zur Sicherheit im Schulsport vom 1. 8. 2006.

Erste Hilfe

Die Sportlehrkraft ist bei Unfällen zur Ersten Hilfe verpflichtet. Schnelles Handeln und kompetentes Verhalten können die Verletzungsdauer und die Verletzungsschwere beeinflussen. Alle vier Jahre sind die „lebensrettenden Sofortmaßnahmen für Lehrerinnen und Lehrer“ aufzufrischen (Umfang: 3 Doppelstunden) (vgl. Richtlinie „Erste Hilfe an staatlichen Schulen“ vom 01.08.2010). Die Kosten für die Fortbildung übernimmt die Unfallkasse Nord. Die Kostenübernahmeerklärung ist schriftlich bei der Unfallkasse Nord vor dem Fortbildungstermin anzufordern. Informationen unter www.uk-nord.de/ersthilfe.

Die Erste-Hilfe-Maßnahmen richten sich immer nach Art und Schwere der Verletzung. Reicht die Versorgung durch die Lehrkraft nicht aus, muss ein Arzt aufgesucht werden. Abhängig von der Schwere der Verletzung kann die Schülerin oder der Schüler zu Fuß, per Taxi oder anderen Verkehrsmitteln die nächstgelegene Arztpraxis oder das nächstgelegene Krankenhaus aufsuchen. Die Taxikosten werden von der Unfallkasse Nord erstattet. Bei schweren Verletzungen oder Unsicherheit muss ein Rettungswagen angefordert werden. Mit der Betreuung der verletzten Person sollte eine befreundete Schülerin bzw. ein befreundeter Schüler, die Lehrkraft oder anderes Schulpersonal beauftragt werden. Die Versorgung der bzw. des Verletzten hat Vorrang, so dass eine Aufsicht für die restliche Klasse von anderen Lehrkräften oder Schulpersonal gewährleistet werden muss.

Bei Verletzungen mit Arztbesuch muss eine Unfallanzeige innerhalb der nächs-

ten drei Tage an die Unfallkasse Nord übermittelt werden (Beispiel Unfallanzeige Seite 13). Bei schweren Unfällen (z. B. Todesfall, mehrere Knochenbrüche etc.) und Massenunfällen ist die Unfallkasse Nord sofort zu informieren: Telefon 0 40 / 27 153 231.

Kleinere Verletzungen ohne Arztbesuch müssen Sie im Verbandbuch oder in ähnlicher Dokumentation vermerken. So können eventuelle Spätfolgen besser nachvollzogen werden. Bewahren Sie es im oder neben dem Verbandkasten auf. Das Verbandbuch kann kostenlos bei der Unfallkasse Nord angefordert werden.

In jeder Sporthalle und Sportanlage müssen frei zugängliche Meldeeinrichtungen vorhanden sein, um unverzüglich die nötige Hilfe herbeirufen zu können (ggf. auch per Handy). Daneben sollte eine übersichtliche Telefonliste mit Nummern nahegelegener Arztpraxen, der Rettungsleitstelle und der Taxizentrale hängen.

Es muss ein Raum vorhanden sein, in dem sich ein Verbandkasten, eine Liege und fließend kaltes und warmes Wasser befinden. Dieser Raum sollte für die Rettungskräfte gut zugänglich sein. Der Verbandkasten entspricht der DIN 13 157 Typ C und muss je nach Verbrauch und Ablaufdatum ergänzt werden (siehe DIN 13 157). Die Schulleitung legt fest, wer sich verantwortlich darum kümmert. Dies kann auch der Schulsanitätsdienst sein! Zur Erstversorgung von Prellungen, Zerrungen etc. ist es hilfreich, Kältepackungen in der Sporthalle, auf dem Sportplatz und bei Veranstaltungen vorrätig zu haben. Auch bei Sportveranstaltungen, Wanderungen, Exkursionen, Wintersportveranstaltungen usw. muss

Erste-Hilfe-Material mitgenommen werden. Denken Sie daran, eine schnelle Erste Hilfe muss ebenfalls auf dem Sportplatz gewährleistet sein.

Erste-Hilfe-Einrichtungen sowie Aufbewahrungsorte von Erste-Hilfe-Material, Rettungsgeräten, Rettungstransportmitteln müssen deutlich erkennbar und dauerhaft durch ein weißes Kreuz auf quadratischem oder rechteckigem grünem Grund mit weißer Umrandung gekennzeichnet sein.

TIPP:

Üben Sie mit den Schülerinnen und Schülern das Verhalten bei Unfällen und wiederholen Sie dieses regelmäßig. Wichtig ist, dass klare Verhaltensweisen und Aufgaben abgesprochen sind. Es erleichtert nicht nur Ihnen, sondern auch den Schülerinnen und Schülern den Umgang mit Notsituationen.

Beaufsichtigen heißt, erforderliche Maßnahmen, die zur Verhütung von körperlichen und materiellen Schäden erforderlich sind (Anordnungen, Gebote und Verbote), zu treffen und deren Befolgung zu kontrollieren.

Kontinuierliche Aufsicht bedeutet, dass Schülerinnen und Schüler sich immer beaufsichtigt fühlen müssen. Unter präventiver Aufsicht versteht man, dass eine aufsichtführende Person mögliche Gefahren vorausschauend erfassen muss und dass typische Gefahren möglichst im Voraus ausgeschlossen werden.

Die Aufsichtspflicht kann nicht voll und ganz auf eine Schülerin oder Schüler übertragen werden, da für sie selbst eine Aufsichtspflicht besteht.

Schulsanitätsdienst

Eine sinnvolle Ergänzung der Erste-Hilfe-Organisation in der Schule ist der Schulsanitätsdienst (SSD). Der SSD ersetzt jedoch nicht die erforderliche Aus- und Fortbildung der Lehrkräfte in Erster Hilfe.

Die gut ausgebildeten Schulsanitäterinnen und Schulsanitäter sind kompetente Ersthelfer für verletzte und erkrankte Mitschülerinnen und Mitschüler und Lehrkräfte, die bis zum Eintreffen des Rettungsdienstes wirksame Hilfe leisten. Der SSD verwaltet, wartet und ergänzt zum Beispiel das Erste-Hilfe- und Sanitätsmaterial in der Schule.

Weitere Informationen zum Thema Schulsanitätsdienst finden Sie auf der UK-Nord-Homepage www.uk-nord.de/erstehilfe.

Aufsichtspflicht

Die Aufsichtspflicht von Lehrkräften ergibt sich aus § 31 Absatz 1 Hamburgisches Schulgesetz (HmbSG). Kinder und Jugendliche sind während aller schulischen Pflichtveranstaltungen angemessen zu **beaufsichtigen**, dies gilt auch für Wege zwischen zwei Orten, an denen Unterricht stattfindet (der Weg von der Schule zum Museum oder zu Bädern), nicht jedoch für den Weg von und zur Schule, für den die Sorgeberechtigten verantwortlich sind.

Dabei muss die Aufsicht **kontinuierlich, präventiv und aktiv** erfolgen. Die Aufsicht dient dem Schutz vor Gefahren, die die Schülerinnen und Schüler aufgrund ihrer altersgemäßen Erfahrung nicht selbst übersehen und abwenden können. Ebenfalls dient sie als Schutz vor Handlungen, mit denen Schülerinnen und Schüler sich oder anderen Schaden zufügen können.

Neben Lehrerinnen und Lehrern können auch Sorgeberechtigte sowie andere geeignete Personen (z. B. andere zum pädagogischen Personal gehörende Personen, Übungsleiter etc.) die Aufsicht übernehmen. Die Schulleitung wählt entsprechende Personen aus, überzeugt sich sorgfältig von deren Eignung und **überträgt ihnen die Aufsichtspflicht**. Dabei sind klare Absprachen und Zielvereinbarungen von zentraler Bedeutung.

Hinweise zur Aufsichtspflicht bei außerunterrichtlichen schulischen Sportveranstaltungen

Viele Lehrkräfte eröffnen ihren Schülerinnen und Schülern neue sportliche Möglichkeiten und Erlebnissräume. Besonders beliebt sind Klassenfahrten oder Ausflüge mit Kanu- oder Segeltouren sowie Kletteraktionen. Diese Form von Erlebnispädagogik wird ausdrücklich **unterstützt**.

Bei besonderen Unternehmungen muss die Lehrkraft das Einverständnis der Eltern/Erziehungsberechtigten einholen und sich über mögliche gesundheitliche Einschränkungen der Kinder informieren. Zur Ausübung von Wassersport bedarf es zusätzlich einer Bestätigung der Eltern über die **Schwimmfähigkeit** der Schülerinnen und Schüler. Es wird nachdrücklich empfohlen, die Schwimmfähigkeit der Gruppe/Klasse vor Beginn des Vorhabens unabhängig von vorgelegten Bescheinigungen in einem Schwimmbad zu überprüfen.

Mit den Veranstaltern ist ein Vertrag zu schließen, der Aufschluss über die Qualifikation des eingesetzten Personals gibt und diese zum Vertragsbestandteil macht. Die Lehrkraft ist verpflichtet, die Qualifikation und die Anzahl des eingesetzten Personals zu prüfen.

Während der gesamten Schulfahrt muss die Lehrkraft ihrer gesetzlichen Aufsichts- und Fürsorgepflicht nachkommen.

Dazu muss sie entweder die Lerngruppe ständig begleiten oder von Gruppe zu Gruppe wechseln.

Besonderheiten der Lerngruppe bzw. einzelner Schülerinnen und Schüler sollten dem Veranstalter im Vorwege durch die Lehrkraft mitgeteilt werden. Auf keinen Fall darf sich die Lehrkraft von der Unternehmung entfernen und die Aufsichtspflicht allein dem Veranstalter überlassen!

Handelt es sich bei der Unternehmung um einen Ausflug in die nähere Umgebung, sollte die Lehrkraft sich vorher einen Eindruck von den Räumlichkeiten und der Organisation verschaffen, damit sie sich während der Aktivität mühelos orientieren kann.

Jedes dieser Vorhaben muss als schulische Veranstaltung durch die Schulleitung geprüft und genehmigt werden.

mindestens Jugendschwimmabzeichen Bronze = „Freischwimmer“

In begründeten Fällen können auch Erziehungsberechtigte, andere zum pädagogischen Personal der Schule gehörende Personen oder andere geeignete Personen mit der Beaufsichtigung betraut werden. Eine Entscheidung hierüber trifft die Schulleitung.

Versicherungsschutz

Schülerinnen und Schüler, die zusammen mit ihren Lehrkräften einen Ausflug, eine Exkursion, eine Wanderung oder eine mehrtägige Klassenreise antreten, sind gesetzlich unfallversichert. Dies gilt für Klassenreisen genauso wie für alle anderen schulischen Veranstaltungen. Der Versicherungsschutz erlischt bei Aktivitäten, die als „eigenwirtschaftliches Handeln“ (z. B. Einkäufe für den privaten Gebrauch) bezeichnet werden.

Schulische Veranstaltung

Bei den Aktivitäten rund um die Klassenreise handelt es sich in der Regel um eine schulische Veranstaltung. Dies bedeutet, dass die Lehrkräfte im Auftrag der Schulleitung die Reise geplant haben und diese auch durchführen.

Eine Reise in den Ferien hingegen kann nicht als schulische Veranstaltung verstanden werden, es sei denn, die Veranstaltung wurde von der Behörde für Schule und Berufsbildung ausdrücklich genehmigt. Außerdem muss ein thematischer Zusammenhang zwischen dem Schulbesuch und den Reiseaktivitäten bestehen. Dieser ist z. B. gegeben, wenn die Schulklasse an einer Veranstaltung teilnimmt, die nur in den Ferien angeboten wird.

Eltern oder andere Personen, die von der Schulleitung beauftragt wurden und geeignet sind, die Lehrkräfte bei schulischen Veranstaltungen zu unterstützen bzw. andere zweckdienliche Tätigkeiten auszuführen, sind ebenfalls über die Unfallkasse Nord versichert.

Zu den schulischen Veranstaltungen gehören alle Unternehmungen, die in direktem Zusammenhang mit der Klassenreise, der Exkursion, dem Ausflug etc. stehen, wie z. B. Radfahren, Wattwanderungen, Museumsbesuche usw. Dies gilt auch für die An- und Abfahrt. Der Versicherungsschutz besteht unabhängig von der Wahl des Verkehrsmittels.

Eigenwirtschaftliches Handeln

Die Klassenreise stellt keine gänzlich unfallversicherte Unternehmung dar, denn der Unfallversicherungsschutz gilt nicht rund um die Uhr. Alle Aktivitäten, die zur Erfüllung persönlicher Wünsche durchgeführt werden, sind eigenwirtschaftlicher Natur und nicht unfallversichert. Dazu zählen z. B.: Mahlzeiten einnehmen, die Körperpflege durchführen, Einkäufe verrichten, die Nachtruhe genießen und auch bei Discothekenbesuchen dabei zu sein.

Während einer Klassenfahrt ist der Unfallversicherungsschutz bei der Ausübung von privaten Tätigkeiten gegeben, wenn den Schülerinnen und Schülern eine schulische Aufgabe durch die Lehrkraft erteilt wird, etwa den Einkauf der Zutaten für das zu kochende Mittagessen zu organisieren oder nach dem Abendbrot ein Fußballspiel auf dem Gelände der Jugendherberge zu arrangieren.

Die Abgrenzung von eigenwirtschaftlichen Tätigkeiten zu den versicherten Tätigkeiten kann daher häufig nur im Einzelfall geprüft werden.

Unfallanzeige – so wird sie ausgefüllt

Von besonderer Bedeutung ist die Schilderung des Unfallhergangs, die detaillierte Angaben zum Unfallgeschehen und zu seinen näheren Umständen enthält (z. B. wo, wie, warum, unter welchen Umständen sich der Unfall ereignet hat). Nur dann kann eine effiziente Auswertung erfolgen.

Folgende Punkte sind besonders wichtig:

- Der Ort, an dem sich der Unfall ereignet hat, z. B. in der Umkleidekabine, in der Sporthalle, auf dem Sportplatz
- Die Art der Veranstaltung: Bei Schulsportunfällen ist die Sportart detailliert anzugeben, aber auch, falls die Tätigkeit keinen Bezug zum Unterricht hatte.
- Die Umstände, die den Verlauf des Unfalls kennzeichnen, z. B. Sturz mit oder von einem Sportgerät, Ausrutschen auf dem Fußboden, Zusammenprall mit anderem Schüler, Rangelei/Streitfälle unter Schülern, Stolpern an einem Hindernis, aber auch Umstände, die nicht eigentlich zum Unterricht gehören
- Eventuell besondere Bedingungen, z. B. feuchter Boden, bauliche Ursache, Glatteis
- Beispiele „verletzter Körperteil“: rechter Unterarm, linker Zeigefinger, linker Fuß und rechte Kopfseite
- Beispiele Art der Verletzung: Prellung, Knochenbruch, Verstauchung, Verbrennung, Platzwunde, Schnittverletzung

Beispiel einer Unfallschilderung

mit geringem Informationsgehalt bis hin zur „Top-Aussage“!

Beispiel einer Unfallschilderung	Bewertung	Informationsgehalt
Schüler hat sich den Arm gebrochen	--	so nicht
Schüler hat sich in der Schule im Sportunterricht den Arm gebrochen	-	eher mager
Schüler hat sich im Sportunterricht beim Fußballspiel den Arm gebrochen	0	schon besser
Schüler ist im Sportunterricht beim Fußballspiel in der Sporthalle gestürzt und hat sich den Arm gebrochen	+	gut
Schüler ist im Sportunterricht beim Fußballspiel in der Sporthalle auf einer feuchten Stelle ausgerutscht und hat sich den Arm gebrochen	++	richtig gut

Weitere Ausführungen dazu siehe auch im Kapitel „Aufsichtspflicht“

Das vollständige Dokument steht zum Download unter www.schulsport-hamburg.de/unterricht bereit.

Siehe Seite 6

Dies ist besonders interessant für z. B. Exkursionen in die Skihalle im Rahmen eines Oberstufenkurses.

Richtlinien für Schulfahrten

Klassen-, Projekt- und andere Reisen werden häufig mit Bewegungsaktivitäten und/oder Natursportarten wie Rudern, Paddeln, Schwimmen, Skifahren und Klettern verbunden. Deswegen werden hier **ausgewählte Passagen** der Richtlinien für Schulfahrten vom 4. Oktober 2006 erwähnt.

1 Allgemeines

Schulfahrten tragen wesentlich zur Entwicklung des Schullebens bei. Jede Schule integriert in eigener Verantwortung Ziele und Inhalte der Schulfahrten in ihre Erziehungs- und Unterrichtsarbeit. Wegen der erzieherischen und unterrichtlichen Möglichkeiten sind Aufenthalte in Hamburger Schullandheimen, in Freiluftschulen und in für diesen Zweck gleichermaßen geeigneten Jugendherbergen von besonderer Bedeutung.

1.2 Begriffsbestimmung

Als Schulfahrten gelten folgende schulische Veranstaltungen, die außerhalb von Schulen stattfinden:

- Klassen- und Studienfahrten
- Wandertage
- Exkursionen
- Projektfahrten
- Teilnahme an Veranstaltungen schulischer Wettbewerbe
- internationale Schülerbegegnungen, Schulpartnerschaften und Schüleraustausche.

4 Aufsicht

Die Lehrerinnen und Lehrer sind während der gesamten Schulfahrt zur Wahrnehmung ihrer gesetzlichen Aufsichts- und Fürsorgepflicht verpflichtet. Diese muss aktiv, präventiv und kontinuierlich erfolgen. Alter und Reife der Schülerinnen und Schüler sind zu berücksichtigen.

5 Vorbereitung

5.3 Sind Aktivitäten mit einem erhöhten Unfallrisiko wie z. B. Baden, Radfahren, Skilaufen, Bergwandern, Bootfahren geplant, muss dafür bei minderjährigen Schülerinnen bzw. Schülern ein schriftliches Einverständnis der Erziehungsberechtigten vorliegen. Die aktuellen „Grundsätze zur Sicherheit im Schulsport“ sind zu beachten.

10 Beförderung

10.1 Schulfahrten sind grundsätzlich nicht mit dem privaten PKW durchzuführen. Trampen ist verboten.

10.1.1 Für Schülerinnen und Schüler der Sekundarstufe II kann die Benutzung des **privaten PKW für Schulfahrten** in begrenzten Ausnahmefällen nach Ziffer 5 genehmigt werden, wenn

- die jeweilige Fahrerin bzw. der jeweilige Fahrer bisher unfallfrei gefahren ist und eine ausreichende Fahrpraxis nachweisen kann,
- bei Beförderung minderjähriger Schülerinnen und Schüler das Einverständnis ihrer Erziehungsberechtigten vorliegt,
- die Zielsetzung der Reise ansonsten nicht angemessen und preislich vertretbar erreicht werden kann.

10.1.2 Eine Genehmigung kann darüber hinaus in begründeten Ausnahmefällen für Lehrkräfte und Begleiter erteilt werden, wenn

- eine Vereinbarung zwischen der Freien und Hansestadt Hamburg, vertreten durch die Schulleitung, und der Fahrerin bzw. dem Fahrer abgeschlossen worden ist. Diese Vereinbarung sieht vor, dass die Freie und Hansestadt Hamburg keinen Aufwendungs- oder Schadenersatz für Sachschäden im Zusammenhang mit der Beförderung von Schülerinnen und Schülern mit einem privaten PKW leistet; die Freie und Hansestadt Hamburg leistet ebenfalls keinen Schadenersatz an Dritte; bestehende besondere Regelungen für die Sonderschulen bleiben unberührt,
- bei Personenverschiedenheit von Halter und Fahrer das schriftliche Einverständnis des im Kraftfahrzeugschein genannten Halters bezüglich der Nutzung des PKW durch den Fahrer für die Schulfahrt vorliegt,
- in einer Liste von der Lehrkraft festgehalten wird, welche Schülerinnen und Schüler bei welchem Fahrer mitfahren und
- eine schriftliche Einverständniserklärung der Erziehungsberechtigten vorliegt.

10.2 Schulfahrten mit dem Fahrrad können ab Klassenstufe 4 durchgeführt werden, sofern der Unterricht über das Radfahren erfolgt ist und die Schülerinnen und Schüler ein sicheres Verhalten im Straßenverkehr zeigen. Die Erziehungsberechtigten müssen rechtzeitig informiert werden. Ihr schriftliches Einverständnis ist rechtzeitig einzuholen. Aus Gründen der Sicherheit sollte eine weitere Begleitperson an der Fahrt teil-

nehmen, damit Spitze und Schluss der Gruppe überschaubar werden können. Die **Fahrräder** müssen sich in einwandfreiem Zustand nach der Straßenverkehrszulassungsordnung (StVZO) befinden. Bei Fahrradtouren müssen Schutzhelme von Lehrkräften, Schülerinnen und Schülern getragen werden.

13 Unfallversicherung

13.1 Die Teilnahme an den von der Schulleitung genehmigten Schulfahrten gehört zu den gegen Arbeitsunfall versicherten Tätigkeiten. Für angestellte Lehrkräfte, Begleitpersonen, Schülerinnen und Schüler ist die Unfallkasse Nord, Spohrstraße 2, 22083 Hamburg zuständig (Tel.: 0 40 27 15 30, Fax: 27 15 31 000, E-Mail: ukn@uk-nord.de).

13.2 Kein gesetzlicher Unfallversicherungsschutz besteht für unbeaufsichtigte Freizeitaktivitäten der Schülerinnen und Schüler. Die Durchführung eines pädagogischen Erkundungsauftrages stellt keine **unbeaufsichtigte Freizeit** dar. Vom Unfallversicherungsschutz ist generell der eigenwirtschaftliche Bereich ausgenommen. Dazu gehört insbesondere die Freizeit, die den Schülerinnen und Schülern zur persönlichen Disposition gewährt wird. Hierüber sind die Erziehungsberechtigten durch die Lehrkraft zu informieren.

Sinnvoll ist es, die Fahrräder vor der Fahrt gründlich zu prüfen – siehe Sicherheitstipp Nr. 76 „Ausflüge mit dem Drahtesel“ – www.uk-nord.de/publikationen.

Weitere Ausführungen dazu siehe auch im Kapitel „Versicherungsschutz“ (Seite 6)

Sinnvoll ist es, von allen Schülerinnen und Schülern eine Kopie des Impfausweises auf die Klassenreise mitzunehmen.

14 Vorsorge für Erste Hilfe

Die Schulleitung sorgt dafür, dass auf jeder Schulfahrt eine Lehrkraft oder eine Begleitperson mitfährt, die ausreichende Kenntnisse der Ersten Hilfe nach den Vorgaben der Erste-Hilfe-Organisationen und der Unfallkasse Nord nachweisen kann. Ob und wann eine Schülerin bzw. ein Schüler gegen Tetanus geimpft wurde, muss der Lehrkraft vor Fahrtantritt bekannt sein. Sie muss sich darüber hinaus informieren, ob andere gesundheitliche Fakten zu beachten sind. Eine Mindestausstattung an Erste-Hilfe-Ausrüstung (entsprechend der Sanitätstasche nach DIN 13 160) muss mitgeführt werden.

Sport- und Schwimmunterricht

Mit dem Schulsport in Hamburg werden Kindern und Jugendlichen vielfältige Möglichkeiten geboten, Freude an der Bewegung zu erhalten und zu fördern. Sie können Bewegungserfahrungen sammeln, Bewegungskompetenzen erwerben und so ihre körperliche Entwicklung fördern. Der Sportunterricht ist verpflichtender Bestandteil der schulischen Bildung. Die Sportnote ist genauso versetzungsrelevant wie die Noten anderer Fächer. Im Rahmen des Sportunterrichts wird auch verpflichtender Schwimmunterricht erteilt. Dieser findet zurzeit in den Jahrgangsstufen 3 oder 4 und im Jahrgang 6 statt und wird in den meisten Fällen von Lehrkräften der Bäderland Hamburg GmbH erteilt. Über den verpflichtenden Sportunterricht hinaus bieten Schulen ein vielfältiges Programm zur Bewegungs- und Sportförderung. Die Teilnahme daran ist freiwillig.

Fragen zur Ausgestaltung des Sport und Schwimmunterrichts sollten möglichst bereits auf Elternabenden der 1. Klassen und danach in größeren Intervallen besprochen werden. Sollten Sie dazu grundsätzliche Fragen haben, können Sie sich gerne an das LI Sport wenden.

Wir bitten Sie im Interesse der Kinder auf die große Bedeutung des Sport- und Schwimmunterrichts hinzuweisen. Er trägt zu einer gesunden körperlichen Entwicklung bei und ist besonders geeignet, Brücken zu schlagen um gegenseitiges Verständnis zu wecken und Gemeinschaften und Freundschaften zu bilden. Nicht zuletzt kann der Schwimmunterricht eine lebensrettende Funktion haben. Die Schwimmfähigkeit ist eine wichtige Voraussetzung für einige Aktivitäten auf Klassenreisen oder für die vielen Wassersportmöglichkeiten, die Hamburg bietet.

Folgende Punkte gibt es unter Umständen zu bedenken:

Kleidung im Sportunterricht

Im Sportunterricht sollen die Schülerinnen und Schüler „sportgerechte Kleidung“ tragen. Dazu gehören entsprechende Sportschuhe, ein T-Shirt oder Ähnliches sowie eine Sporthose. Uhren, Halsketten und Schmuckstücke müssen unbedingt vor der Sportstunde abgelegt werden, da von ihnen eine erhebliche Verletzungsgefahr ausgeht.

Das Kopftuch im Sportunterricht

Prinzipiell ist das religiös begründete Tragen eines Kopftuchs im Sportunterricht möglich. Es gibt kaum Unterrichtsinhalte, bei denen ein „sportgerechtes Kopftuch“ behindert, unfallgefährdend sein kann. In konkreten Fällen trifft die jeweilige Sportlehrkraft die Entscheidung.

Mädchen und Jungen im gemeinsamen Sportunterricht

An vielen Schulen wird Koedukation (vgl. HmbSG § 3 Absatz 2) zu Recht als wichtig erachtet. In einigen Schulen werden dagegen jedoch Bedenken erhoben. Wenn es organisatorisch und personell möglich ist, wäre eine Trennung, beispielsweise mit Beginn der Mittelstufe (ab Klasse 7), denkbar und im Interesse der Kinder. Die Entscheidung hierüber trifft das Kollegium der jeweiligen Schule. Ist eine Trennung nicht möglich, aber eine Teilnahme am koedukativen Sportunterricht aus Elternsicht dem Kind aufgrund von religiösen Gründen nicht zumutbar und keine Alternative im Hinblick auf die Gestaltung des Unterrichts oder der Besuch von AG-Angeboten nur für Mädchen umsetzbar, kann im Ausnahmefall und nach Prüfung sämtlicher Alternativen einem Antrag auf Befreiung vom Sportunterricht stattgegeben werden. Eine Befreiung kann ermöglicht werden, wenn die Eltern einen bestehenden Gewissenskonflikt eindeutig glaubhaft machen können. Auch die Situation bei der Nutzung der Umkleieräume stellt in einigen Fällen ein Problem dar, dass jedoch nach Rücksprache mit der entsprechenden Lehrkraft in den meisten Fällen sofort behoben werden kann. Bei Fragen können Sie sich diesbezüglich auch gerne an das LI Sport wenden.

Schwimmunterricht

Wenn die Eltern das Tragen der üblichen Schwimmbekleidung als nicht angemessen betrachten, besteht die Möglichkeit, andere Kleidung zu tragen, die mit der religiösen oder kulturellen Überzeugung vereinbar ist. Achten Sie hier bitte auch darauf, dass die Kleidung aus für Schwimmhallen geeignetem Material besteht. Sie darf sich nicht mit Wasser voll saugen und schnell trocknen können. Die Kleidung muss kein Hinderungsgrund für die Teilnahme am Schwimmunterricht sein. Bei konkreten Fragen zur Ausgestaltung des Schwimmunterrichts in den oben genannten Jahrgangsstufen können Sie sich an den Leiter des Bades wenden, in dem der Schwimmunterricht erteilt wird, oder Sie rufen den Telefonservice der Bäderland Hamburg GmbH an: 18 88 90. Zum gemeinsamen Unterricht von Mädchen und Jungen sowie für eine eventuelle Befreiung gelten die o. g. Ausführungen.

Grundsätzlich sollten Sie bei auftretenden Fragen und Problemen schnell und unmittelbar mit den Eltern in Kontakt treten. Besonderheiten und spezielle Absprachen können am Besten von den beteiligten SchülerInnen, Eltern/Sorgeberechtigten und Lehrkräften selbst vereinbart werden. Nur durch die Berücksichtigung, der Sichtweisen aller Beteiligten und ein gemeinsames Gespräch kann eine Lösung gefunden werden, die der wichtigsten Person in diesem Fall weiter hilft: dem Kind.

Bundesverwaltungsgerichtsurteil 25. 8. 1993 – 6 C 891 zu OVG Münster, 15. 11. 1991 –19 a 2198/91:

„Führt ein vom Staat aufgrund seines Bildungs- und Erziehungsauftrages aus Art. 7 II GG im Rahmen einer allgemeinen Schulpflicht angebotener koedukativ erteilter Sportunterricht für eine Schülerin islamischen Glaubens in Hinblick auf die Bekleidungs Vorschriften des Korans, die sie als für sich verbindlich ansieht, zu einem Gewissenskonflikt, so folgt für sie aus Art. 4 I und II GG ein Anspruch auf Befreiung vom Sportunterricht, solange dieser nicht nach Geschlechtern getrennt angeboten wird.“

Koedukativer Sport- und Schwimmunterricht – rechtliche Lage

Eine Schülerin kann auf Antrag der Erziehungsberechtigten, bei Volljährigkeit auf eigenen Antrag, ausnahmsweise aus religiösen Gründen von der Teilnahme am Unterricht im Fach Sport befreit werden, wenn sowohl die Schule als auch die Eltern und ihr Kind den Konflikt zwischen dem staatlichen Bildungs- und Erziehungsauftrag aus Art. 7 Abs. 1 GG einerseits und dem Elternrecht auf religiöse Kindererziehung aus Art. 6 Abs. 2, Art. 4 Abs. 1 und 2 GG andererseits im konkreten Einzelfall auch durch zumutbare Maßnahmen nicht zu einem schonenden Ausgleich führen können (Grundsatz der praktischen Konkordanz).

Für muslimische Mädchen im Grundschulalter gehört zu den zumutbaren Maßnahmen im Rahmen eines Ausgleichs von staatlichen Bildungs- und Erziehungsauftrag und dem Elternrecht auf religiöse Kindererziehung auch das Tragen einer der islamischen Bekleidungs Vorschriften entsprechenden Schwimmkleidung.

(Oberverwaltungsgericht NRW, Beschluss vom 20.05.2009, Az.: 19 B 1362/08)

Quelle: SchuR 11-12/2009 sowie SchuR 5-6/2011

Sehr geehrte Eltern und Erziehungsberechtigte der Klasse _____,

der Schulsport erfüllt in der Entwicklung Ihres Kindes wichtige erzieherische, gesundheitliche und soziale Aufgaben. Damit Ihr Kind mit Spaß und Freude am Sportunterricht teilnehmen kann, bitten wir Sie, folgende (Sicherheits-) Aspekte zu berücksichtigen:

Allgemeines

Informieren Sie die Sportlehrkraft frühzeitig über gesundheitliche und körperliche Beeinträchtigungen Ihres Kindes.

Kleidung

Bitte geben Sie Ihrem Kind funktionelle, witterungsangepasste Sportkleidung (T-Shirt und Hose, Socken), Sportschuhe (Hallenschuhe, keine Freizeitschuhe!) und ein Handtuch mit.

Nach dem Sport sollte Ihr Kind die Kleidung – wenn möglich – wechseln, sich waschen oder duschen. Nach dem Schwimmen sollte es sich gut abtrocknen, die Haare föhnen und warm anziehen (dazu gehört im Winter auch eine warme Kopfbedeckung).

Das Tragen von Uhren und Schmuck kann im Sport zu Verletzungen führen, deshalb müssen diese im Sportunterricht abgelegt werden. Schmuckstücke, die sich nicht ablegen lassen, können mit einem geeigneten Klebeband (z. B. Leukoplast) abgeklebt werden.

Wenn Ihr Kind im Sportunterricht eine Brille benötigt, so ist es empfehlenswert, eine Sportbrille mit Kunststoffgläsern und einem geeigneten Gestell zu tragen.

Befreiung vom Sportunterricht

Wenn Ihr Kind stark erkältet oder krank ist, können Sie mit einer formlosen „Entschuldigung“ die Befreiung Ihres Kindes von der aktiven Teilnahme dieser Stunden beantragen. Für eine länger andauernde Befreiung von der aktiven Teilnahme am Sportunterricht ist ein ärztliches Attest notwendig, es sei denn, die Gründe sind offenkundig (z. B. ein Gipsbein).

Im konkreten Fall steht Ihnen die Sportlehrkraft beratend zur Seite.

Um sicherzustellen, dass diese Informationen Sie erreicht haben, unterschreiben Sie bitte den unteren Abschnitt und geben Sie diesen Ihrem Kind mit in die Schule.



Die Elterninformationen zum Schulsport habe ich gelesen.

Ort/Datum

Name/Unterschrift

3. Mittendrin

Zur Ausstattung von Sportstätten

Sporthalle/Sportplatz

Die Lehrkraft muss vor jeder Stunde den aktuellen Zustand der Sporthalle oder der Sportstätte prüfen und Abhilfe schaffen (z. B. Glassplitter auf dem Sportplatz entfernen, Wasser auf dem Hallenboden aufwischen etc.). Der Geräteraum muss sicher gestaltet sein (z. B. Stellplätze der Geräte, Kleingeräte im Schrank oder in Containern aufbewahren etc.). Die Fachleitung Sport und das Sportkollegium sollten sich einmal über eine gute Stell- und Verstaumvariante verständigen und diese dann einhalten. Schäden von Geräten und/oder der Halle bzw. des Platzes müssen schnellst möglich behoben werden. Die Lehrkraft muss die Ansprechperson für diese Mängelmeldung kennen.

Die Einrichtungen insbesondere der älteren Sporthallen entsprechen nicht immer den neuesten Richtlinien für den Bau und die Einrichtung von Hallen. Inwieweit eine Halle gravierende und zu beseitigende Sicherheitsmängel aufweist und welche geeigneten Maßnahmen zu ergreifen sind, kann durch eine Begehung mit einer Aufsichtsperson der Unfallkasse Nord bzw. der Fachkraft für AS der BSB erfolgen.

Sportgeräte allgemein

Grundsätzlich muss jede Lehrkraft die Sportgeräte vor der Nutzung durch eine Sichtkontrolle prüfen. Befinden sich defekte Geräte darunter, müssen diese gekennzeichnet und einer weiteren Nutzung entzogen werden. Bestehen Unsicherheiten über den Zustand von Geräten, kann ein Sachverständiger zu Rate gezogen werden, z. B. TÜV, Behörde, UK Nord, Fachkraft für AS. Fallen defekte Geräte auf, sollten Sie den Sicherheitsbeauftragten der Schule darüber informieren, damit sofortige Maßnahmen eingeleitet werden können. („Sportstätten und Sportgeräte“ GUV-SI 8044)

Teilen Sie immer genügend Schülerinnen und Schüler zum Transport von Geräten ein. Üben Sie dies mit Ihren Schülerinnen und Schülern. Der richtige Transport von Geräten muss Inhalt des Unterrichts sein. Gleiches gilt für den Auf- und Abbau von Geräten. Während die Schülerinnen und Schüler mit dem Auf- oder Abbau beschäftigt sind, muss ein Übungsverbot für alle bestehen.

Nach dem Abbau und bei Nichtbenutzung müssen alle Geräte sicher verstaut bzw. gelagert werden. Geräte müssen standfest und fest verankert sein, z. B. Versenkreck. Beachten Sie freie Laufwege für einen sicheren Bewegungsraum der Schülerinnen und Schüler.



Geräteraum

Im Geräteraum werden die Sportgeräte geordnet und übersichtlich abgestellt. Nützlich ist ein Gerätestellplan, aus dem hervorgeht, wo jedes Gerät seinen Platz hat. Skizzen oder Fotos können hilfreich sein. Alle Geräte müssen gegen Kippen, Um- und Herunterfallen gesichert sein. Kleingeräte bewahrt man am besten im Schrank oder in Containern, Boxen etc. auf. Diese sollten abschließbar sein. Die Schülerinnen und Schüler dürfen sich nur auf Anweisung der Lehrkraft im Geräteraum aufhalten.



Klettertaue

Vor jeder Nutzung müssen Taue auf mögliche Schäden überprüft werden. Durch Aufdrehen kann das Tau auf Mehlbildung und so auf Materialersetzung geprüft werden. Wichtig ist eine intakte Ledermanschette, die ein ungewolltes Aufdrehen des Taus verhindert. Es ist erlaubt Knoten in die Taue zu machen, wenn diese nicht beim Klettern benutzt werden, sondern zum Schaukeln oder zum Befestigen. Danach müssen die Knoten und Verkotungen gelöst werden, um das Material nicht zu strapazieren und Verletzungsgefahren für die Schülerinnen und Schüler zu verhindern. Taue fordern Schülerinnen und Schüler regelrecht auf, zu schaukeln oder zu schwingen. Daher müssen Taue bei Nichtbenutzung gesichert werden. Die maximale Kletterhöhe muss durch eine gut sichtbare Markierung (z. B. Klebeband) gekennzeichnet sein.

Rollbretter

Das Rollbrett ist gut geeignet, die Wahrnehmungsfähigkeit zu verbessern. Es fördert die Koordination und motiviert auch die motorisch schwachen Kinder, sich mit dem Rollbrett zu bewegen. Allerdings können Verletzungen (vornehmlich am Kopf und an den Händen) auftreten, wenn viele Kinder gleichzeitig mit dem Rollbrett durch die Sporthalle „brausen“. Zur Vermeidung von Unfällen müssen Verhaltensregeln besprochen und deren Einhaltung überwacht werden. Die nachfolgenden Regeln können auch für die Ausstellung eines Rollbrettführerscheins genutzt werden:

- Ein Rollbrett ist kein Skateboard, also nie auf dem Brett stehen
- Das Rollbrett nicht durch die Halle stoßen
- Beim Schwungholen Hände immer seitlich neben dem Rollbrett führen
- Möglichst Rollbretter mit Griffschlitzen verwenden

- Lange Haare zusammenbinden und keine Kapuzenshirts und -pullover tragen
- Bänder an Kleidungsstücken möglichst entfernen
- Rücksicht auf andere Rollbrettfahrerinnen und -fahrer nehmen
- Vorsicht beim Spielen in der Nähe von Wänden und Türöffnungen. Türen und Geräteraum-Tore schließen
- „TÜV“-Abnahme von selbstgebaute Fahrzeugen durch die Lehrkraft
- Größte Vorsicht an schiefen Ebenen – hier nur kleine Gefälle herunterfahren
- Bereich für Rollbrettaktivitäten in der Sporthalle kennzeichnen
- Rollbretter bei Nichtbenutzung sammeln und umdrehen

Tore

Tore müssen gegen Kippen gesichert werden und fest verankert sein. Dies gilt auch für hochziehbare Tore und Tore, die sich im Geräteraum befinden. Der Rahmen des Tors darf nicht gesplittet oder angebrochen sein, ebenfalls dürfen keine Netzhaken hervorstehen. Defekte Tore müssen aus dem Bereich der Schülerinnen und Schüler entfernt werden. Merkmale eines optimalen Tores für alle Spielsportarten sind: der Torrahmen hat abgerundete Ecken, meist noch mit Kunststoffschonern verstärkt, das Netz hat keine Spannung, Warn- und Verhaltensschilder sind angebracht (z. B. „Tor jederzeit gegen Umkippen sichern! Netz und Torrahmen nicht beklettern!“).

Während des Übungs- bzw. Spielbetriebs dürfen Geräteraumtore und -türen nicht in die Halle ragen und müssen geschlossen sein. Sie müssen leicht zu öffnen und zu schließen und gegen Herabfallen oder Zurückklappen gesichert sein.

Basketballanlage

Ursache der Häufung von Beschädigungen an schulischen Basketballanlagen ist oftmals auf den sportlichen Ehrgeiz von Schülerinnen und Schülern zurückzuführen, sich an die Korbringe, Netze und Verstrebungen anzuhängen. Dadurch werden diese aus den Verankerungen und Befestigungen herausgerissen und müssen, ebenso wie die Zielbretter, mit hohem Kostenaufwand erneuert werden: Schülerinnen und Schüler müssen auf den Verzicht von auf „Dunkings“ hingewiesen werden. Schwenkbare Basketballanlagen müssen während des Spielbetriebs in der richtigen Spielstellung arretiert und festgestellt sein. Mobile Basketballanlagen müssen gegen Wegrollen, Umkippen etc. fixiert werden. Eine spielbereite Anlage sieht wie folgt aus:

- Die Kanten des Bretts sind abgerundet, abgeschrägt oder mit einem Kantenschutz gesichert,
- die Netzhaken sind so gestaltet, dass die Spieler mit den Fingern nicht hängen bleiben können,
- Markierungen sind deutlich zu erkennen.

Übungskörbe, die direkt an der Wand angebracht sind, dürfen nur für Positions- und Sprungwürfe genutzt werden. Der Sicherheitsabstand zur Wand ist vor allem beim Spiel zu gering.

Matten- und Hockeybandenwagen

Auf dem Mattenwagen, der zur Größe der Matten passt, dürfen maximal sechs Turnmatten gelagert und transportiert werden. Beachten Sie die Angaben des Herstellers zur zulässigen Beladung des Matten- bzw. Hockeybandenwagens. Das Mitfahren und Darauf-Turnen ist zu untersagen. Beim Be- und Entladen muss der Wagen festgehalten bzw. festgestellt werden. Lehrkräfte und Übungsleiter sollten besonders darauf achten, dass die Matten- und Hockeybandenwagen von Schülerinnen und Schülern nicht als Fahr- und Spielgeräte benutzt werden.



Matten

Die Entscheidung für den Einsatz der richtigen Matten ist abhängig vom vorhandenen Mattenmaterial, der Altersstufe und dem Körpergewicht, der Bewegungsaufgabe und damit Art der Landung, von der Sprung- bzw. Fallhöhe und teilweise auch von den Fähigkeiten der Schülerinnen und Schüler. Matten sollten optimal dämpfen und optimal hart sein. Die Dämpfungseigenschaften sollen die vertikalen Landekräfte minimieren. Die jeweilige Härte der Matte gibt Standfestigkeit und Bewegungsfreiheit.

Die Turnmatte (2,00 Meter lang, 1,25 oder 1,00 Meter breit und 0,06 bis 0,08 Meter stark) soll bereits bei Landungen ab einer Höhe von 0,30 Meter eingesetzt werden, wenn die Landung nicht aktiv von Schülerinnen und Schülern ausgeführt werden kann. Bei aktiven Sprüngen soll die Turnmatte ab einer Höhe von etwa 0,60 Meter eingesetzt werden. Die Turnmatte ist auf Grund ihrer Dämpfungseigenschaft für Fall- bzw. Absprunghöhen bis ca. 1,20 Meter geeignet. Durch ein Übereinanderschichten zweier Turnmatten darf die Fall- bzw. Absprunghöhe **nicht auf 2,40 Meter heraufgesetzt werden!**

Die Weichbodenmatte (3,00 Meter lang, 2,00 Meter breit, 0,30 Meter stark), auch Weichboden genannt, darf nicht für punktuelle Landungen eingesetzt werden. Hier ist die Gefahr sehr groß, dass die Schülerin/der Schüler nach einem Sprung tief in den Weichboden einsinkt und eine zusätzliche Körperdrehbewegung ausführt. Dieser Bewegung können die Füße bzw. Hände, die in den Weichboden eingesunken sind, nicht mehr folgen. Es kann zu schweren Verletzungen wie Verstauchungen, Dehnungen und Brüchen kommen. Der Weichboden darf deshalb nur für Übungen eingesetzt werden, bei denen ein Körper flächig auf der Matte landen soll, z. B. bei einer Übung zum Erlernen des Fallrückziehers.

Die Niedersprungmatte (2,00 oder 3,00 Meter lang, 1,50 oder 2,00 Meter breit, 0,12 bis 0,20 Meter stark) hat ähnliche Abmessungen wie ein Weichboden, ist aber mit einer Filzauf-lage versehen. Auf der Niedersprungmatte kann die Schülerin/der Schüler gut landen, ohne tief einzusinken. Nach der Landung darf sich eine weitere Bewegung des Körpers anschließen. Hier besteht nicht die Gefahr, dass Füße oder Hände der anschließenden Bewegung nicht folgen können.



Niedersprungmatten sind für Sprünge bis zu einer Höhe von ca. 1,80 Meter geeignet. Sie bieten allerdings für die Landung von Fliegengewichten in der Grundschule keine ausreichende, punktuelle Dämpfung (dann Weichbodenmatte einsetzen).

Eine Niedersprungmatte lässt sich auch durch einen Weichboden mit aufgelegten Turnmatten „improvisieren“. Die Turnmatten dürfen dabei nicht auseinanderrutschen. An neueren Turnmatten sind deshalb an den Seiten Klettbänder angenäht, um diese einfach zu verbinden. Andere, „klettbandfreie“ Turnmatten müssen während der Übung beobachtet und bei Bedarf wieder zusammengeschoben oder, wenn möglich, zusammengebunden werden.



Unterstützt werden sollte die Absorptionseigenschaft einer Matte zusätzlich durch die Schülerin/den Schüler selbst: Ihre/seine Fuß-, Bein- und Rumpfmuskulatur kann dazu beitragen, dass die Landung abgedeutert wird.

Für Übungen, bei denen nach einer Abfolge von Bewegungen auf den Füßen gelandet werden soll, ist es neben der Auswahl der richtigen Matte also wichtig, die Fuß-, Bein- und Rumpfmuskulatur zu trainieren. Aktives Landen üben!

Turnmatten



Für alle Matten gilt: Nur intakte Matten, die nicht über die Benutzung oder das beim Tragen gewöhnliche Maß hinaus geknickt, gebogen oder anders beschädigt sind, dürfen für Sprung- und Flugübungen verwendet werden. Beschädigte Matten müssen aussortiert oder dauerhaft gekennzeichnet werden, wenn sie im Rahmen der alternativen Nutzung von Sportgeräten verwendet werden sollen.

Weichbodenmatte

Sachgerechte Lagerung, Transport und bestimmungsgemäßer Gebrauch der Matten verlängert ihre Haltbarkeit und Funktionsfähigkeit. Matten müssen regelmäßig überprüft werden. Die Auflagefläche gegenüber dem Hallenboden muss rutschhemmend sein. Die Matte muss frei von Knickstellen und sichtbaren Mulden und/oder Höckern bzw. Verformungen sein. („Matten im Sportunterricht“ GUV-SI 8035)



Niedersprungmatte

Wartung der Sporthalleneinbauten und der Turn- und Sportgeräte

Grundsatz

Die Sporthalleneinbauten und beweglichen Sportgeräte müssen alle zwei Jahre gewartet werden. Die Schule beauftragt auf der Grundlage von drei Angeboten eine Wartungsfirma. Schulen sind nicht an Firmen gebunden und haben die Möglichkeit, z. B. im Rahmen von Projektwochen, nicht sicherheitsrelevante Arbeiten wie Entsplittern und Lackieren in Eigenleistung vorzunehmen und/oder Wartungsaufträge an Wartungsfirmen, Tischlereien oder Sportgerätehersteller zu vergeben. Durch Angebotsvergleiche verschiedener Handwerksunternehmen können Wirtschaftlichkeitsreserven ausgeschöpft werden. Die Unfallkasse Nord behält sich stichprobenweise Überprüfungen der Wartungsintervalle vor. In der Regel ist für die Wartung eine vorübergehende Sperrung der Sporthalle von ca. drei bis maximal fünf Tagen notwendig, dies hängt von der Hallengröße und der Geräteanzahl ab.

Inhalt der Wartung

Holzgeräte: Stellen entsplittern und Stellen lackieren, Eckklötze, Schwellen, Standgummis und Polsterungen befestigen, Leder fetten, Standgummis aufrauen, alle Bolzen nachziehen lassen.

Metalgeräte und Beschläge: Alle beweglichen Rollen, Beschläge und Höhenverstellungen säubern, fetten und ölen, alle Befestigungen kontrollieren und nachziehen, verbogene Teile richten, Schweißnähte prüfen, Gummizüge und Sprungtücher von Trampolinen prüfen, ggf. nachspannen oder erneuern lassen.

Matten, Weichböden, Niedersprungmatten: Bezüge auf Beschädigungen durchsehen, Wandbefestigungen kontrollieren und ggf. reparieren lassen.

Tauwerk: Sämtliches Tauwerk auf Haltbarkeit prüfen, ggf. ersetzen lassen.

Budget

Für die aus Sicherheitsgründen vorgeschriebene Wartung sämtlicher in Turnhallen vorhandenen Sportgeräte und Einbauten erhalten die Schulen Mittel zur Eigenbewirtschaftung, aus denen übrigens auch Ersatzbeschaffungen vorgenommen werden können (z. B. defekte Sprungbretter, einzelne defekte Matten etc.).

Finanzposition: 00.7.0730.430.90

Sachkonto: Wartung von fachspezifischer Ausstattung
62051111

Dabei ist Folgendes zu beachten: Für jedes neue Wartungsintervall einer Sporthalle wird vom AfV der BSB der Mittelwert der Ergebnisse der letzten beiden Wartungsintervalle mit einem geringen Zuschlag für Preissteigerungen zugrunde gelegt. Die Mittel werden im Zweijahresrhythmus, jeweils zum Anfang des Kalenderjahres, zugewiesen.

Günstige Sportartikel

Im Zusammenhang mit der Beschaffung von Sportgeräten und Sportartikeln weisen wir auf die Ausschreibungen der BSB hin, die das Amt für Verwaltung in Kooperation mit dem LI-Sport vornimmt. So können Rahmenverträge mit verschiedenen Sportgeräteherstellern abgeschlossen werden und erheblich günstigere Preise im Vergleich zu den Katalogpreisen erzielt werden (teilweise bis zu 50 % günstiger).

Alle Schulen werden mit Rundschreiben des Amtes für Verwaltung über die Rahmenverträge informiert. Die Anschreiben mit den aktuellen Rahmenverträgen (gelbe Briefbogen der BSB) können in der Regel in den Schulbüros eingesehen werden. Eine Veröffentlichung im Internet ist aus rechtlichen Gründen leider nicht möglich.

Die Schulen sind verpflichtet, die in den Rahmenverträgen aufgeführten Artikel bei den benannten Firmen zu beziehen. Ausnahmen hiervon sind nur zulässig, wenn qualitativ gleichwertig angebotene Artikel von anderen Wettbewerbern preisgünstiger zu beschaffen sind. Niedersprungmatten werden nicht mehr zentral bei der Abteilung für Arbeitssicherheit bestellt. Die Matten können, wie andere Sportgeräte auch, über die Ausschreibungen beschafft werden.

Inhalt der Rahmenverträge sind die erfahrungsgemäß günstigsten Sportartikel. Das LI-Sport nimmt für künftige Ausschreibungen gern Hinweise zur Ergänzung des Artikelkataloges entgegen. Auch Rückmeldungen über die Qualität der gelieferten Artikel sind für uns wertvoll. Bitte melden Sie sich beim LI, Telefon: 0 40 42 88 42-339.

Lehrmittelausstattung (Grundstockmittel) Sport

Mit diesen Mitteln wird die Lehrmittelausstattung für Hamburger Schulen und sonstige Bildungseinrichtungen mit einem Objektwert von über 5.000 Euro finanziert.

Die Schulen lassen sich auf Basis einer vorab erstellten Bedarfsliste von einer Mitarbeiterin/einem Mitarbeiter des LI-Sport beraten. Im Anschluss erstellen die Schulen spezifizierte Ausstattungsanträge mit aktuellen Preisangaben. Die Fachvertretung Sport prüft die Rahmenverträge der beweglichen Turn- und Sportgeräte und stellt die Preise für die Sportartikel zusammen. Für Artikel, die nicht in den Rahmenverträgen der BSB enthalten sind, holt die Fachvertretung Sport drei Angebote einschlägiger Sportartikelfirmen ein. Aus beidem wird ein detaillierter und begründeter Antrag formuliert. Dabei ist von den Schulen der aktuelle Mittelstand im SBF zu nennen. Ggf. sind bereits geplante Ausgaben darzustellen. Der Antrag geht unter Beifügung der Angebote über die Schulleitung an das LI-Sport, LIS 1, Moorkamp 7 – 9, 20357 Hamburg. Formulare zur Antragstellung finden Sie unter www.schulsport-hamburg.de/Sporthallen-Sportgeraete.

Bitte beachten Sie, dass ein Antrag

- sich an Grundstockmitteln („Grundbedarf an Lehrmitteln zur Sicherstellung des Unterrichts“) zu orientieren hat,
- entsprechend begründet werden muss,
- in der Regel keine sog. Verbrauchsmaterialien enthalten darf (Ausnahmen können nur bei Neuanschaffungen gemacht werden),
- keine Fachraum-Ausstattungs-elemente enthalten darf (alle festen Sporthalleneinbauten aus dem Standardbereich wie z. B. Basketballbretter, Schaukelranganlage, Klettertauanlage, Sprossenwände etc.).

Raumtemperaturen in Sporthallen

Um sicher in Sporthallen agieren zu können, müssen bestimmte Raumtemperaturen vorhanden sein. Wenn die Temperatur zu gering ist kann leicht Feuchtigkeit aus der Luft auf dem Boden der Halle kondensieren und ihn so rutschig werden lassen. Dies stellt gerade bei Spielen und Übungen mit Wettkampfcharakter eine Unfallgefahr dar. Zudem ist eine geringe Raumtemperatur, bei der Kinder ständig frösteln müssen, nicht zumutbar. Gemäß DIN sind folgende Temperaturen vorzusehen:

- Halle und Zusatzsporträume 20 °C
- Duschräume 24 °C
- Umkleieräume 22 °C
- Toiletten 15 °C
- Treppenträume, Flure 12 °C

Quelle: DIN 18032-1 – Hallen und Räume für Sport und Mehrzwecknutzung, Teil 1: Grundsätze für die Planung

4. Sportunterricht im Freien

Sport unter besonderen Umständen

Viele schulsportliche Aktivitäten vom regulären Sportunterricht bis zu Wandertagen und Klassenfahrten finden im Freien statt. Die zahlreichen Outdoor-Bewegungsmöglichkeiten machen Spaß und haben Aufforderungscharakter. Damit dies so bleibt, gilt es einige Dinge zu beachten.

Allergien

Beim Aufenthalt in der Natur sind mögliche Allergien zu berücksichtigen. Empfindliche Personen sollten bei Wetterlagen, die Allergien begünstigen, den Aufenthalt draußen meiden.

Hohe Temperaturen

Kinder und Jugendliche haben im Vergleich zu Erwachsenen ein ungünstigeres Verhältnis beim Wärmeausgleich. Sie erhitzen bei muskulärer Belastung schneller, können aber die Wärme schlechter abführen als Erwachsene bei gleicher Belastung. Bei hohen Außentemperaturen (ab ca. 26 °C) ist die Übungszeit für Ausdauerbelastungen auf weniger als 30 min zu verringern oder ganz einzustellen. Auf ausreichende Flüssigkeitsaufnahme ist zu achten. Treten Symptome eines beginnenden Hitzeschadens auf (roter Kopf, hohes Fieber, schneller Puls, Schwindel, Bewusstseinstörung), müssen folgende Maßnahmen ergriffen werden:

- Die körperliche Belastung muss sofort beendet werden. Bei leichteren Symptomen kann ein kurzzeitiges Auslaufen der Stabilisierung des Kreislaufes dienen.
- Das Kind soll in einen kühlen Raum gebracht und flach gelagert werden.
- Bestehen keine Bauchschmerzen und/oder kommt es nicht zum Erbrechen, soll dem Kind reichlich Flüssigkeit in kleinen Portionen angeboten werden.
- Kinder mit Hitzeschäden bedürfen immer einer ärztlichen Betreuung.

Verhalten bei erhöhten Ozonwerten (Sommersmog)

Bei den bislang in Hamburg ermittelten Ozonkonzentrationen gibt es keinen Grund, auf den Aufenthalt im Freien zu verzichten. Dies gilt auch für Kinder und Jugendliche, die bis zu einer Ozonkonzentration von 180 µg/m³ spielen und Sport treiben können, sofern ihre Anstrengungen der sommerlich heißen Witterung angepasst sind. Aus Vorsorgegründen sollten ab Ozonwerten von 180 µg/m³ allerdings sportliche Ausdauerleistungen, beispielsweise anstrengende Lauf- und Radsportarten sowie Leistungssport auf und im Wasser, vermieden werden. Wandern, normales Fahrradfahren, Schaukeln, Spielen im Sandkasten usw. sind dagegen durchaus möglich. Das heißt: Gegen Aktivitäten wie Baden, Bootfahren, Spazierengehen und andere leichte körperliche Belastungen ist auch bei Ozonwerten von mehr als 180 µg/m³ nichts einzuwenden. Bei Werten über 240 µg/m³ (sog. „Alarmwert“) sollten empfindlich reagierende Personen den Aufenthalt im Freien einschränken.

Aktuelle Ozonwerte können Sie über den telefonischen Ansongedienst der Stadt Hamburg erfragen: Tel.: 0 40 428 45 24 24.

Hautschutz

Zu viel Sonneneinwirkung auf der Haut ist gesundheitsschädlich. Deshalb müssen sich Lehrkräfte sowie die Schülerinnen und Schüler schützen. Bei allen Aktivitäten im Freien unbedingt angepasste abdeckende Kleidung und Kopfbedeckung tragen. Sonnenschutzmittel mit hohem Lichtschutzfaktor für alle Hautareale einsetzen, die unbedeckt bleiben. Der allerbeste UV-Schutz für die Haut: Kein unnötiger Aufenthalt in direkter Sonne!

Nicht nur die direkte Sonneneinstrahlung kann zum Sonnenbrand führen: Bis zu 80 Prozent der Strahlungsintensität der Sonne können von Sand, Wasser und Gebäuden reflektiert werden.

Gerade der Aufenthalt im Wasser ist nicht als harmlos zu bezeichnen: An der Wasseroberfläche und in der normalen Schwimmtiefe wird die Energie des Sonnenlichts zu 60 Prozent reflektiert und hindurchgelassen, so dass eine Einwirkung auf die Haut erfolgt. Da die Haut beim Schwimmen gekühlt wird, ist eine Schädigung erst lange nach dem Aufenthalt im Wasser zu bemerken.

Jüngere Schülerinnen und Schüler sind besonders gefährdet, da ihre Haut viel empfindlicher auf die Einwirkung der UV-Strahlung reagiert. Sie sind bei sportlichen Aktivitäten zu sehr abgelenkt, um erste Anzeichen eines Sonnenbrandes zu erkennen und zu spüren. Lehrkräfte müssen daher auf die Prävention von schädlicher Sonneneinstrahlung hinweisen bzw. sich mit Schülerinnen und Schülern einem schattigen Platz aufhalten.

Sportgerechte Kleidung und Ausrüstung

Sportunterricht muss nicht in teurer Funktionskleidung ausgeübt werden. Die Kleidung sollte aber dem Inhalt des Sportunterrichts angepasst sein, zum Beispiel lange Kleidung zum Ringen und Raufen (Schutz vor „Mattenbrand“). Oberbekleidung sowie Sporthosen sollten angenehm zu tragen sein und ausreichend Bewegungsfreiheit bieten. Dies bedeutet, dass die Kleidung nicht eine oder mehrere Nummern zu groß ausfallen sollte. Zu große Kleidung wirft Stofffalten, die an Sportgeräten hängen bleiben können. Am besten eignet sich gängige Sportkleidung für Kinder. Diese muss der Witterung angepasst werden und Hitzestau oder ein Auskühlen vermeiden. Besprechen Sie mit den Schülerinnen und Schülern, welche Aktivitäten in der nächsten Stunde geplant sind. Machen Sie, wenn nötig, Bekleidungs-vorschläge für besondere Vorhaben. Seien Sie Vorbild und tragen Sie selbst immer Sportkleidung im Sportunterricht.

Sportschuhe sind für den Sportunterricht unverzichtbar. Sie schützen den Fuß beim Anprall an Sportgeräte oder an natürliche Hindernisse im Gelände wie Steine oder Baumwurzeln. Sie dämpfen und sichern den Fuß und geben die Möglichkeit, sich gemäß der eigenen Konstitution sicher zu bewegen und dynamisch zu handeln. Der richtige Sportschuh erlaubt Drehbewe-

gungen, schützt Sehnen, Bänder und Gelenke und absorbiert Bewegungsenergie. Sportunterricht in Socken, Strümpfen oder barfuß ist unfallträchtig. Ausnahme: In einigen Disziplinen kann auch barfuß agiert werden, z. B. bei bestimmten Übungen beim Turnen, bei der Akrobatik oder auch beim Ringen und Raufen bzw. Judo. Aus hygienischen Gründen können Sie Turnschlappchen empfehlen. Joggingschuhe sollen generell in der Sporthalle nicht getragen werden.

Das Tragen eines **Kopftuchs** im Sportunterricht aus religiösen Gründen ist möglich. Der Sportunterricht hat kaum Inhalte, bei denen ein schulsportgerechtes Kopftuch behindert. Es besteht meist aus Baumwolle, ist zweiteilig und wird ohne Nadeln getragen. Kopftücher dürfen die Sicht der Kopftuchträgerin nicht einschränken. Für den Schwimmunterricht gibt es ebenfalls Möglichkeiten, der Religion angepasste Kleidung zu tragen. Informationen erhalten sie beim LI-Sport. („Vielfalt in der Schule“, LI)



Für lange Haare gilt: Diese können die Sicht behindern und zu schmerzhaften Verletzungen führen, etwa beim Einsatz von Rollbrettern. Die Haare sollten daher zusammengebunden werden.



Jegliche Art von Schmuck – Uhren, Ketten, Ringe, Armreifen/-bänder, Ohringe, Piercings, Haarspangen (groß und spitz) – muss vor dem Sport abgelegt werden. Damit kann man sich selbst und andere verletzen. Schmuckstücke, die nicht abgelegt werden können, müssen mit Tape oder Pflaster gründlich abgeklebt werden.

Die Verantwortung für einen sicheren Sportunterricht wird nicht durch eine schriftliche Erklärung der Erziehungsberechtigten über das Tragen von Schmuck im Unterricht und die Übernahme der Haftung aufgehoben.

Im Sportunterricht sollten Brillenträger unbedingt Kontaktlinsen oder eine sportgerechte Brille tragen. Die richtige Sportbrille hat

- eine möglichst geringe Einengung des Blickfeldes,
- eine elastische, schwer zerbrechliche Fassung,
- eine weiche, anpassbare Auflage (z. B. Sattelsteg),
- schwer zerbrechliche, splitterfreie Gläser,
- einen weichen Überzug über Bügelgelenke,
- einen festen Sitz (z. B. durch ein hinter dem Kopf geschlossenes Band)
- ein geringes Gewicht.

Bitten Sie die Eltern, sich bei Ihrer Krankenkasse wegen einer Kostenübernahme zu informieren.

Ausrüstung für spezielle Sportarten

Das Tragen einer Schutzausrüstung dient der Verletzungsprophylaxe und ist vor allem im Schulsport eine Voraussetzung zur Durchführung bestimmter Sportarten.

Hockey

- Schienbeinschützer und feste Sportschuhe
- Torwartausrüstung für den Torwart – Helm mit Gesichtsschutz, Handschuhe, Unterleibsschutz, Schutzweste, Schienbein- und Knieschoner, spezielle Torwartschuhe

Fußball

- Schienbeinschoner im Wettkampfspiel

Inlineskaten/Waveboarden/Skateboarden

- Helm
- Handgelenk-, Knie- und Ellenbogenschützer

Eislaufen

- Helm
- Handschuhe und Mütze
- empfohlen werden Handgelenks-, Knie- und Ellenbogenschützer

Helmpflicht

Eine Helmpflicht besteht grundsätzlich beim Radsport, Inlineskaten, Waveboarden und Skateboarden sowie beim Eislaufen, Skifahren und Snowboarden.



Sicherheit in den Sportspielen

Bewegungs- und Sportspiele erfreuen sich insbesondere bei Schülern, aber auch bei vielen Schülerinnen nach wie vor großer Beliebtheit und sind zentrale Bestandteile der Bildungspläne. Mit der Tätigkeit „Spielen“ werden viele pädagogische Ziele verknüpft. So können im und mit dem Spiel neben Teamfähigkeit, positivem Sozialverhalten und dem Umgang mit Sieg und Niederlage auch Kreativität, Phantasie und situativ angemessene Problemlösung gefördert werden.

Insbesondere bei den Wettbewerbsformen der Sportspiele treten diese wichtigen Ziele allerdings häufig hinter denen von Konkurrenz und Überbietung zurück. So sind bei Wettspielen im Schulsport Einzelaktionen, übertriebener körperlicher Einsatz, Ballung des Spielgeschehens auf sehr engem Raum und mangelnde Bereitschaft, sich auf Übungsphasen und taktische Hilfen einzulassen, zu beobachten.

Gerade auch deswegen weisen die Statistiken für die Bewegungsspiele im Sportunterricht hohe Unfallzahlen aus. Es würde den Rahmen dieses Kapitels sprengen, für jedes aller Sportspiele Hilfen und Anregungen zur Vermeidung von Unfällen zu geben. Im Folgenden werden daher einige Punkte für die Vorbereitung, Organisation, Durchführung und Auswertung von Spielunterricht angesprochen, die bei entsprechender Beachtung auch zur Unfallprophylaxe beitragen können.

Gedankenspiele vor dem Anpfiff

Bei der Planung von Unterrichtseinheiten für den Bereich der Sportspiele sollten folgende Fragen und Überlegungen bedacht werden:

Sind die für das vorgesehene oder von den Schülerinnen und Schülern gewünschte Zielspiel notwendigen technischen, taktischen und konditionellen Fähigkeiten ausreichend vorhanden? Oft bieten die Komplexität des Zielspiels reduzierende Spielformen („Überzahl“-Spielformen; verringerte Teamgrößen auf kleineren Spielfeldern, Streetball; „Beach“-Volleyball u. Ä.) die Gelegenheit, Spielanteile für die einzelne Person zu erhöhen und so Technik und Taktik in weniger komplexen Situationen anzuwenden. Mit ansprechend gestalteten Lernarrangements, Stationsbetrieb, differenzierten und anregenden Bewegungs-

aufgaben können die spielspezifischen Bewegungsabläufe und Spielzüge systematisch erlernen und geübt werden.

Wie kann die Phase des Erlernens und Übens spielspezifischer Fertigkeiten und Fähigkeiten erlebnisorientiert, abwechslungsreich und effektiv gestaltet werden? Langeweile im Unterricht ist nicht nur ein negatives Qualitätsmerkmal, gelangweilte Schülerinnen und Schüler bedeuten auch ein hohes Unfallrisiko. Ein wichtiges Ziel spielbezogener Lern- und Übungsphasen ist die Entwicklung spielübergreifender Fertigkeiten und Fähigkeiten. Insbesondere durch differenzierte und individualisierte Bewegungsaufgaben, die eine situativ angemessene Lösung provozieren, können die für die Spielfähigkeit erforderlichen Fertigkeiten und Fähigkeiten exemplarisch entdeckt, entwickelt, erlernt und reflektiert werden.

Eine angemessene technisch-taktische Vorbereitung ist unerlässlich, ohne die Entwicklung der Spielfähigkeit durch vielfältige Spielformen zu vernachlässigen.

Wie sinnvoll ist eine Orientierung auf ein bestimmtes Spiel nach dem international kodifizierten Regelwerk? Das häufig auch durch Medien geprägte Verständnis der Sportspiele lässt sich beispielsweise durch eine veränderte Zielvorgabe für eine Spiel-Unterrichtseinheit aufweichen. Ein spielübergreifendes Unterrichten, mit dem die Fixierung auf ein einziges Spiel vielleicht ein wenig relativiert wird, kann z. B. mit der Aussicht auf ein Spiele-Triathlon gefördert werden, bei dem am Ende der Einheit Teams in drei verschiedenen Spielen in Turnierform gegeneinander spielen.

Kann die Umsetzung verschiedener Spielideen mit unterschiedlichen Spielgeräten wie Frisbees, Softbällen oder „verfremdeten“ Bällen (Futsal, Football, Luftballons) die allgemeine Spielfähigkeit besser fördern als das „Zielspiel“? Neue oder „verfremdete“ Spielmaterialien können Neugier und erhöhte Aufmerksamkeit wecken und der Umgang mit ihnen spielspezifische Fertigkeiten verbessern helfen.

Variationen zum medial vermittelten Verständnis der Sportspiele entwickeln und ausprobieren

Durch welche Maßnahmen können die für ein faires Wettspiel erforderlichen Haltungen und Einstellungen ausgeprägt werden? Dazu können die Auslobung und Verleihung von Fair-Play-Preisen ebenso zählen wie das absolute Gebot der Unverletzlichkeit der Gegenspieler/innen und die Einsicht, dass Teams nach anderen als ausschließlich leistungsorientierten Gesichtspunkten zusammengestellt werden. Manchmal hilft die Aufstellung von festen Teams dabei, nach wie vor häufig konflikträchtige Situationen bei kurzfristiger Zusammenstellung von Mannschaften zu vermeiden.

Eine starke Einbeziehung von Schülerinnen und Schülern in die Gestaltung, Organisation und Regelung bei Spielen bringt sie dazu, unterschiedliche Rollen (Schiedsrichter; Coach; „Captain“) einzunehmen und wahrzunehmen sowie Verständnis dafür aufzubringen.

Eigenverantwortung der Schülerinnen und Schüler für unterschiedliche Aspekte des Spiels stärken und entwickeln

Aufwärmen mit Ball – immer eine runde Sache

Eine wichtige Unfallprophylaxe gerade für den Spielbereich ist ein geeignetes Aufwärmprogramm. Bälle besitzen in aller Regel für Kinder und Jugendliche einen ungemein hohen Aufforderungscharakter. Diese motivierende Eigenschaft von Bällen kann auch hervorragend für spezifische Aufwärmprogramme für den Spielunterricht genutzt werden. Ein solches Aufwärmen mit Bällen kann verschiedene wichtige Aufgaben erfüllen:

- Der souveräne Umgang mit Bällen ist heute nicht mehr selbstverständlich, ist aber für alle Ballsportarten unabdingbare Voraussetzung.
- Eine sichere Ballbehandlung sollte auch deshalb in der Gestaltung von für die Schülerinnen und Schüler attraktiven Aufwärmprogrammen gefördert werden, um die Unfallhäufigkeit in diesem Bereich zu reduzieren.
- Die anregende und abwechslungsreiche Schulung des Umgangs mit Bällen nicht nur, aber besonders in Aufwärmphasen trägt zur Entwicklung koordinativer Fähigkeiten bei.

- „Kunststücke“ mit Ball/Bällen auf dem jeweils individuell verfügbaren Niveau zu erfinden und zu erproben trägt zur Sicherheit im Umgang mit unterschiedlichen Bällen bei.

Abwechslungsreiche und intensive Aufwärmphasen zur Verbesserung des sicheren Umgangs mit Bällen nutzen

Das Spiel läuft

Durch die Regeln soll prinzipiell eine Chancengleichheit in den Sportspielen gewährleistet werden. Konkret wird sie natürlich durch körperliche Merkmale, Vorerfahrungen etc. erheblich eingeschränkt. Pädagogisches Ziel im Sportunterricht ist die befriedigende Teilhabe möglichst vieler an einem Sportspiel auf einem sich steigernden Niveau. In diesem Prozess können die kodifizierten Regeln der Großen Sportspiele als Orientierungsgrundlage fungieren, nicht jedoch als das den Unterricht bestimmende Regelsystem.

Gleichwohl ist eine notwendige Voraussetzung für ein Spiel die für alle verbindliche Verständigung über die Spielidee und die grundlegenden Regeln. Diese können von der Lehrkraft vorgegeben werden, andererseits bieten aus und mit der Lerngruppe entwickelte Varianten viele pädagogisch fruchtbare Optionen: So können alle Absprachen über Zusammensetzung der Teams, Dauer des Spiels (zeitliche Dauer oder zu erreichende Trefferzahl) die konkreten Regeln zwischen den unmittelbar Beteiligten selber ausgemacht und vor dem Spielbeginn der Lehrkraft mitgeteilt werden.

Die Schiedsrichtertätigkeit und -entscheidungen liefern gerade in einer emotional geladenen Spielsituation erhebliches Konfliktpotenzial. Dieses kann z. B. dann entschärft werden, wenn die Teams gezwungen sind, auftretende Konflikte über etwaige Regelüberschreitungen ohne Schiedsrichter intern und untereinander zu regeln. Wie z. B. beim Streetball üblich, existiert also keine übergeordnete Instanz, die für die Spieler und Spielerinnen Entscheidungen trifft, denen sie sich zu unterwerfen haben. An diese Form der Spielsteuerung müssen die Schülerinnen und Schüler aber sorgfältig herangeführt werden, insbesondere dann, wenn sie eine „Regelüberwachungsinstanz“ gewöhnt waren.

Für die Lehrkräfte kann eine solche Spielsteuerung neue Freiheiten bieten. Sie können sich aus der Funktion des alleinigen Entscheidungsträgers über Regelverstöße, Mannschaftszusammenstellungen u. Ä. zurückziehen und die Problemlösung durch die unmittelbar Beteiligten ggf. moderieren. Es ergeben sich dann Spielräume für eine Funktion als Coach, in der Spielbeobachtung und -auswertung, taktische Unterstützung, individuelle Hilfen und Anregungen, Anleitung und Moderation bei Spielstörungen im Mittelpunkt stehen.

Sport- und Bewegungsspiele so gestalten, dass alle in für sie befriedigender Weise einbezogen werden, sich die Qualität der Spielhandlungen sowie die Eigenverantwortung der Spieler und Spielerinnen steigert und sich Möglichkeiten zur individuellen Rückmeldung an die spielenden Teams bietet.

Nach dem Spiel ist vor dem Spiel

Ein Wettspiel ist für die Beteiligten häufig mit sehr intensiven emotionalen Erlebnissen verbunden. Gelungene oder misslungene Aktionen, Sieg oder Niederlage hinterlassen ihre Spuren. Insbesondere Misserfolgserlebnisse und unterschiedliche Bewertung von Aktionen und Entscheidungen liefern ein hohes Aggressionspotenzial. Damit sich dieses nicht weiter aufstaut und in der Pause oder den kommenden Unterrichtsstunden ein unkontrolliertes Ventil sucht, sollte es nach solchen emotionsgeladenen Situationen abgebaut werden. Daher kommt einem Cool-down nach einer intensiven Spielphase in mehrfacher Hinsicht besondere Bedeutung zu: Ebenso wie ein gezieltes Aufwärmprogramm hat auch ein Cool-down wichtige physiologische Auswirkungen auf körperliche Parameter. Daher bedarf es nach einem sehr hitzigen Spielgeschehen eines körperlichen Abwärmens (z. B. Auslaufen; Korbwurfübungen ...).

In psychologischer Hinsicht sehr wichtig ist eine gemeinsame Auswertung des Spielgeschehens unter verschiedenen Aspekten. Diese können sein:

- War das Spielgeschehen für möglichst viele befriedigend?
- Waren möglichst alle beteiligt?
- Wie empfanden die Mädchen, die Jungen das Spiel?
- Gibt es in der subjektiven Einschätzung Entwicklungen in der Spielqualität?

Aus dem Verlauf und dem Ergebnis dieser Auswertung können verbindliche Verabredungen für die nächste(n) Stunde(n) abgeleitet werden.

Chancen der mit Spielen verbundenen Emotionen nutzen – deren Risiken mindern

Technische Spielverderber

An dieser Stelle erfolgen einige Hinweise auf technische Standards, deren Einhaltung für eine Vermeidung von Unfällen besonders wichtig ist. Es werden im Folgenden nicht technische Maße und Geräte aller Sportspiele aufgeführt, sondern nur Hinweise auf besondere Gefährdungen gegeben, wie sie aufgrund der sehr unterschiedlichen Ausstattungen der Schulsporthallen immer noch auftreten können.

Empfohlene Literatur/Links zum Thema:

1. Sportspiele vermitteln
In Zeitschrift: sportpädagogik Nr. 1/08
2. www.lehrer.uni-karlsruhe.de/~za343/osa/spinfo/download/Sport-Info%20Heft%2029%201-2007.pdf
(Aufruf: 5.8.2010)
3. www.sportunterricht.ch/spielregeln/index.php

Beispiel	Abhilfe
Der Abstand zwischen den Spielfeldmarkierungen und den Hallenwänden ist in einigen Hallen unzureichend.	<ul style="list-style-type: none"> • Eigene Feldmarkierungen mit angemessenem Abstand von den Wänden erstellen • Spielidee oder Regeln anpassen • Mögliche Aufprallflächen abpolstern
Basketball-„Übungskörbe“ befinden sich teilweise in erheblich geringerem Abstand als den erforderlichen 165 cm von der Wand.	<ul style="list-style-type: none"> • Nach Möglichkeit eine Änderung der Konstruktion erwirken • Nur als Übungs-, nicht als Spielkörbe nutzen • Ggf. Regeln verändern • Mögliche Aufprallflächen abpolstern
Kleinfeldtore sind nicht immer im notwendigen Maße gesichert.	<ul style="list-style-type: none"> • Verankerung und Sicherung der Tore veranlassen • Überprüfung der Verankerungen • Gesicherte Aufbewahrung der Tore bei Nichtbenutzung • Verwendung von Kleinfeldtoren entsprechend der DIN- und CEN-Norm
Spannvorrichtungen für Volleyball-/Badminton-Netze sind nicht immer ausreichend gesichert.	<ul style="list-style-type: none"> • Verwendung sicherer Spannvorrichtungen • Regelmäßige Überprüfung der Spannleinen und der Rückhaltevorrichtungen • Möglichst Abpolsterung der Pfosten
In älteren Hallen sind die Abdeckungen von Hülsen für Reck- und Volleyballständer manchmal nicht mehr ganz plan zum übrigen Hallenboden und stellen Gefahrenquellen dar.	<ul style="list-style-type: none"> • Abdeckungen kontrollieren • Abdeckungen erneut einpassen • Unebenheiten deutlich, z. B. mit Verkehrshütchen, markieren und abdecken*

* Vgl. dazu: Sportstätten und Sportgeräte GUV-SI 8044

Sicheres Gerätturnen

Förderungen von Grundtätigkeiten im Gerätturnen

Die körperlichen Voraussetzungen der Schülerinnen und Schüler haben sich im Laufe der letzten Jahre grundlegend geändert. Muskuläre Beanspruchungen im Bereich des Stützens und Hangelns können oft nur unter erheblicher Anstrengung oder nur kurzfristig erfolgen. Daher steht z. B. die Verbesserung konditioneller Voraussetzungen im Alter der Primarstufenschülerinnen und -schüler im und durch das Turnen stärker im Vordergrund. Um weiterführende Handlungsmöglichkeiten für den Unterricht zu erschließen, sind zunächst Voraussetzungen im Bereich der Grundtätigkeiten Hangeln, Rollen, Stützen, Schwingen, Balancieren und Überschlagen zu erwerben.

Einsatz von Geräten – alternative Nutzung von Turngeräten und Abenteuerturnen

Lehrerinnen und Lehrer, die Gerätekombinationen im Sinne von Abenteuer und Risiko nutzen wollen, können und dürfen dieses nicht voraussetzungslos tun. Sie müssen über ausreichende Vorkenntnisse im sachgemäßen Umgang mit den Geräten und der Kombination von Geräten verfügen und die folgenden Aspekte genau prüfen, bzw. berücksichtigen:

Das Risiko ist bereits bei der Planung möglichst exakt abzuschätzen. Hierzu kann es notwendig sein, Informationen über die Geräte und ihre Einsatzmöglichkeiten beim Hersteller einzuholen.

Bei der Planung von Gerätearrangements sollten fachliche Beratungsmöglichkeiten genutzt werden (LI, erfahrene Kolleginnen und Kollegen; Unfallversicherungsträger; Fortbildungsmöglichkeiten, Sportgerätehersteller oder andere Möglichkeiten, z. B. Bergsportzentrale). Die Lehrkraft muss sich mit den Besonderheiten von Geräten (z. B. Trampoline, Minitrampoline, Schaukelringe) auseinandersetzen und ggf. Kompetenzen für deren unterrichtlichen Einsatz erwerben. Ein formaler Qualifikationsnachweis (z. B. ein sog. „Trampolinschein“) ist für den Unterricht an Hamburger Schulen nicht erforderlich.

Gerätearrangements mit schwingenden Großgeräten sind nicht erlaubt, da die auftretenden mechanischen Belastungen nicht mehr kalkulierbar und berechenbar sind.

Die Gerätearrangements sind immer auf die Fähigkeiten, Fertigkeiten und psychischen Dispositionen der Schüler und Schülerinnen abzustimmen. Diese sind im Zweifel eher niedriger als zu hoch anzusetzen.

Geräte dürfen nur so eingesetzt werden, dass sie nicht beschädigt werden. Dies gilt vor allem auch für Matten. Diese dürfen über das beim Tragen hinausgehende Maß nicht gebogen oder geknickt werden. Deshalb sind bei Aufbauten, bei denen Matten geknickt werden, nur solche Matten einzusetzen, die nicht mehr für die üblichen Landesituationen benutzt werden. Solche Matten sollten dauerhaft besonders gekennzeichnet sein. Die Gerätearrangements sind so zu gestalten, dass jede Schülerin und jeder Schüler die Möglichkeit hat, eine Bewegung bzw. eine Übung jederzeit abubrechen, ohne sich selbst oder Mitschülerinnen und Mitschüler zu gefährden.

Alle eingesetzten Geräte sind vor dem Einsatz auf Funktionstüchtigkeit und äußerlich erkennbare Mängel zu überprüfen (z. B. Holzgeräte auf Splitterung).

Die Lehrkraft muss die Gerätearrangements nach dem Aufbau und vor Inbetriebnahme durch Schülerinnen und Schüler auf „Betriebssicherheit“ überprüfen („Baupolizei“).

Bei schwingenden Gerätearrangements sind die Schwingbereiche frei zu halten. Schwingende Geräte müssen jederzeit gefahrlos zum Stillstand gebracht werden können.

Fall-, Abgangs- und Sicherheitsbereiche sind frei zu halten und – wenn notwendig – mit geeigneten Matten abzusichern. Dabei gilt jedoch auch: Alle Bereiche, die mit Matten abgepolstert sind, suggerieren Sicherheit, die nicht unbedingt vorhanden ist. Dies ist oft gerade dann der Fall, wenn keine Weichboden-, sondern vielleicht nur eine Niedersprungmatte hingelegt wird. Es kommt daher wesentlich darauf an, dass Landungen (auch auf Matten) kontrolliert erfolgen. Auch hier gelten die Ausführungen zu den Grundtätigkeiten: erst Voraussetzungen schaffen, wie das sichere Springen, Fliegen und Landen.

Der Sicherheitsbereich ist der Bereich, der an den Fall- und Abgangsbereich angrenzt; er beträgt ca. 2 m. Die Mattenauswahl muss vor dem Hintergrund von Sprung- oder Fallhöhen der Schülerinnen und Schüler getroffen werden. Für Punktlandungen auf den Füßen sollten ab der 5. Klasse Niedersprungmatten

verwendet werden, da sich Schülerinnen und Schüler ab einem gewissen Körpergewicht auf Weichbodenmatten leicht die Sprunggelenke verstauchen können.

Während des Auf-, Um- und Abbaus von Gerätearrangements darf an den Geräten nicht geturnt oder gespielt werden. Das Minitrampolin z. B. muss in diesen Phasen hochkant gestellt werden.

Die Lehrerin/der Lehrer muss eindeutige Anweisungen und Aufgabenstellungen geben und auf die Einhaltung von Ge- und Verboten achten.

Die Verbindungen der Geräte setzt Kenntnisse in der Knotentechnik sowie geeignetes Seil- und Gurtmaterial voraus. Es dürfen nur solche Knoten zur Verwendung kommen, die sicher beherrscht werden.

Werden Gerätearrangements mit Tauen verknotet, müssen die Knoten unbedingt nach jeder Benutzung wieder gelöst werden. Dauerknoten in Tauen verursachen Schäden (siehe auch „Knoten“ in Broschüre „Alternative Nutzung von Sportgeräten“, SI 8052).

Diese Auflistung ist naturgemäß einem gewissen Vollständigkeitsanspruch verpflichtet. Sie ist nicht im Sinne einer formalen Abhakliste zu verstehen, die dann auch wieder überfordernd und/oder abschreckend wirken kann. Es sollte aber hiermit das Augenmerk auf wichtige Punkte gelenkt werden, deren Gewichtung und mehr oder weniger exakte Einhaltung von den jeweils spezifischen materiellen und sozialen Bedingungen der Arbeit mit der Lerngruppe abhängig ist.

Die Lehrkräfte müssen sich bei ihren Entscheidungen der Verantwortung für das körperliche und psychische Wohlergehen der Lerngruppe bewusst sein.

Akrobatik

Ein motivierender Ansatzpunkt, die körperlichen Voraussetzungen zu schulen und einen Beitrag zur Bewegungssicherheit zu leisten, liegt im Bereich der Akrobatik. Die Akrobatik ist eine attraktive, motivierende Form, Akzente im sozialen Bereich inklusive des Helfens zu setzen. Mit Formen der Akrobatik kann:

- Stützkraft in den Armen entwickelt werden,
- die Fähigkeit gefördert werden, Körperspannung aufzubauen und zu halten,
- das Gleichgewicht entwickelt,
- die Konzentration (auf die zu turnende Übung und die Partner) geschult,
- die Reaktionsfähigkeit ausgeprägt,
- Vertrauen zu den Partnern aufgebaut und
- Kooperationsfähigkeit entwickelt werden.

Um akrobatische Figuren schmerz- und vor allem unfallfrei zu erarbeiten, müssen bestimmte Grundregeln beachtet werden:

1. Turnschuhe ausziehen!
2. Wirbelsäule und Nieren dürfen nicht betreten werden!
3. Von Partnern nur absteigen! Nie abspringen!
4. Ausreichende Mattenauslage gewährleisten!
5. Auf ein gemeinsames Signal (z. B. „Ab!“) wird die Figur beendet oder bei Problemen aufgelöst.
6. Mit Hilfsmitteln (z. B. Kästen) und Hilfen (z. B. Zeichnungen, Helfergriffen) arbeiten!
7. Gleicher Kenntnisstand für alle! Die geplante Figur muss allen bekannt sein.

Der Einsatz von Helfergriffen im Gerätturnen

Unabhängig vom gewählten didaktischen Konzept im Turnen (normiertes oder freies Turnen) nimmt das Helfen im Turnen des Schulsports eine Schlüsselfunktion ein. Sowohl die Kenntniss von Helfergriffen als auch die Beachtung von Grundregeln, um die Helfergriffe überhaupt anwenden zu können, sind von entscheidender Bedeutung zur Unfallvermeidung und Entwicklung turnerischer Handlungsmöglichkeiten.

Unter Helfen wird im Allgemeinen ein aktives Unterstützen der Bewegung verstanden. Helfen ist damit ein zielgerichtetes, aktives, eingreifendes Verhalten. Dieses kann bewegungsführend sein, um dem Kind eine erfolgreiche Bewegung zu ermöglichen oder nur bewegungsbegleitend, nach den Prinzip: So viel wie nötig – so wenig wie möglich.

Grundschul Kinder zum Beispiel können ihre Mitschülerinnen und Mitschüler helfend unterstützen. Hierbei kann es sich um eine emotionale und soziale Unterstützung handeln, aber auch um das aktive Eingreifen wie z. B. das Handreichen beim Balancieren, dem Stützgriff beim Handstand oder der Schubhilfe beim Aufschwung. Diese und andere Aufgaben können die Kinder nach entsprechender Vorbereitung übernehmen.

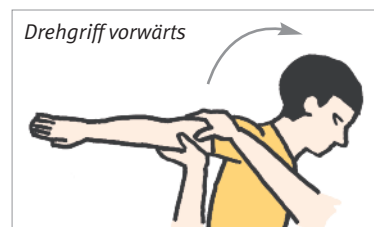
Zu bedenken ist, dass schwierigere und vor allem raumgreifendere und schnellere Übungsteile, wie zum Beispiel die Hocke oder Grätsche am Kasten, viel mehr Kraft, Reaktionsvermögen und Entscheidungssicherheit erfordern, so dass nicht unbedingt alle Kinder solchen Aufgaben gewachsen sind.

Eindeutige Situationen schaffen!

Bei der Einführung oder Anwendung von Helfergriffen ist darauf zu achten, dass sich sowohl die Helfer als auch der Turnende in einer eindeutigen Situation befinden. Das bedeutet, dass folgende Punkte vor dem Turnen eines Übungsteiles abzuklären sind:

- Helfer und Turnender müssen sich darüber verständigen, welches Übungsteil geturnt werden soll (Übungsteil benennen lassen).
- Bei Bewegungsbeginn müssen beide Parteien gleichzeitig mit der Handlung beginnen können, d. h. bei Bewegungsbeginn muss mindestens Blickkontakt hergestellt werden.

- Wenn möglich sollte die Position des Turnenden nur eine Bewegungsrichtung zulassen und zudem überschaubar sein (einfache Geräteaufbauten wählen).
- Bei dem Erlernen eines Helfergriffes sollte zunächst aus einer ruhenden Position geturnt werden. Nur so können ggf. falsch angesetzte Helfergriffe noch korrigiert bzw. verändert werden.
- So nah wie möglich an der Hauptmasse (Rumpf) des Körpers ansetzen!
- Niemals Helfergriffe zwischen zwei Ansatzpunkten eines Gelenks oder auf einem Gelenk ansetzen!
- Der Helfer muss so lange helfen, bis die Übung sicher abgeschlossen ist!



Minitrampolin – mit Sicherheit ein Erlebnis!

Ausgangspunkt

Das Minitrampolin bietet ein spannendes Bewegungserlebnis, hat einen großen Aufforderungscharakter und damit eine hohe Beliebtheit! Die besondere Unfallgefahr an diesem Gerät resultiert aus der häufig auftretenden Selbstüberschätzung der Schülerinnen und Schüler (häufiger Wunsch in der ersten Trampolin-Stunde: „Können wir auch mal Salto turnen?“). Die Unterrichtsmethodik muss daher Maßnahmen zur Unfallverhütung besonders berücksichtigen! Dabei sollte jedoch unbedingt beachtet werden, dass das o. g. Bewegungserlebnis trotz der notwendigen Vorsichtsmaßnahmen erhalten bleibt!

Lernvoraussetzungen schaffen

- Schülerinnen und Schüler müssen vorher schon einspringen, niederspringen und abfedern (kontrolliert landen) können
- Es sollte im Übungsprozess fortwährend an Körperspannung, Haltung (Ästhetik – es handelt sich hier schließlich um das Turnen) und Koordination gearbeitet werden
- Schülerinnen und Schüler sollten an die Einhaltung von Regeln gewöhnt sein. Für das Minitrampolin gilt: Es wird nur das gesprungen, was die Lehrkraft zulässt!

Organisationsrahmen und Geräteaufbau durchdenken

- Möglichst nur zehn Schülerinnen und Schüler je Gerät (Wartezeiten sind Konzentrationskiller und damit gefährlich!)
- Minitrampolin immer wieder auf Funktionstüchtigkeit überprüfen
- Aufgebaute Geräte nicht unbeaufsichtigt stehen lassen
- Geräteaufbau durchdenken, z. B. so:

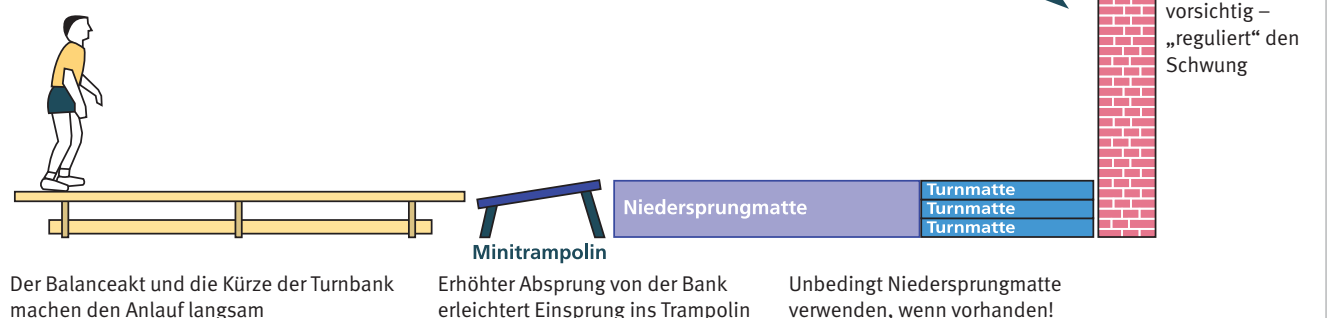
Scheinbar leichte Sprünge interessant machen

- Zunächst Üben und Festigen von einfachen Grundsprüngen (Strecksprung, Hocksprung, Grätschsprung, Bocksprung)
- Dabei Aufgabenstellung immer wieder im Sinne der qualitativen Ausformung dieser Sprünge variieren (z. B. „Finger an die Decke“, „Leise landen“, „Bauchnabel einziehen“)
- Ausrichtung auf vielfältige Sinnperspektiven (Bewegung zu Musik, miteinander Springen, synchron Springen, Tempoprüngen etc.) lässt Schülerinnen und Schüler vergessen, dass sie „leichte“ (aber sichere) Sprünge turnen.

Beispiele:

- Springen im Strom (Streck-, Hock, Grätschsprung)
- Springen im Strom auf Zeit
- Synchronspringen zu zweit/zu dritt nebeneinander (doppelter/dreifacher Aufbau nötig)
- Synchronspringen im Strom, evtl. mit Musikeinsatz

Aufbau für Grundsprünge



Sicher unterwegs auf Rollen, Reifen, Kufen und Ski

Grundlegendes

Als Schulsportart eignen sich Inlineskaten, Skate- oder Waveboarden: Aufgrund des Fahrerlebnisses sowie der vielfältigen Einsatzmöglichkeiten werden Kinder und Jugendliche besonders motiviert, sich zu bewegen. Die sensomotorischen Fähigkeiten und die insbesondere häufig unzureichend ausgeprägte Gleichgewichtsfähigkeit werden gefördert. Daraus resultiert eine verbesserte Bewegungssicherheit nicht nur im Sport, sondern auch in anderen Lebensbereichen. Vor allem Inlineskaten ist eine attraktive Möglichkeit, die Ausdauer-Leistungsfähigkeit von Kindern und Jugendlichen zu verbessern.

Schutz und Technik

Grundsätzlich muss im Schulsport mit kompletter Schutzausrüstung gefahren werden. Diese besteht aus einem Helm, Ellenbogenschonern, Handgelenkschonern und Knieschonern. Gute Inlineskates zeichnen sich durch eine ausreichend stabil dimensionierte Bremseinrichtung und durch hohe Festigkeit der Schiene aus. Zudem muss die Verbindung zwischen Schuh und Schiene sehr stabil sein und der Schuh eine gewisse Schaftsteifigkeit aufweisen, damit der Knöchelbereich ausreichend stabil und fest ist. Inlineskates, die diese Qualitätskriterien erfüllen, haben in der Regel das Zeichen für geprüfte Sicherheit (GS). Überprüfen Sie nach einiger Zeit die Rollen auf Abrieb und tauschen Sie diese bei Bedarf aus. Skateboards und Waveboards sollten ebenfalls ein Zeichen für geprüfte Sicherheit (GS) besitzen und vor Gebrauch auf Verschleiß überprüft werden.

Inlineskaten, Skate- und Waveboarden sind Freiluftsportarten und in erster Linie für Asphaltflächen geeignet. Laut Straßenverkehrsordnung dürfen nur Gehwege benutzt werden – Fahrbahn und Radwege sind untersagt. Für den Schulsport bedeutet dies, vor allem den Schulhof oder abgesperrte Parkplätze zu nutzen. Die Halle sollte insbesondere für die Anfängerschulung genutzt werden. Der Unterricht in einer Sporthalle ist nur möglich, wenn die Sporthallenfläche flächenelastisch ausgebildet ist und Rollen und Stopper für die Sporthalle geeignet sind.

Der Unterricht mit Anfängern benötigt viel Platz. Deshalb müssen die Freiflächen und vor allem die Sporthalle ausreichend groß bzw. die Gruppengröße und -zusammensetzung auf die räumlichen Voraussetzungen abgestimmt sein. Es kann erforderlich sein, gefährliche Stellen, z. B. Kurven, zusätzlich mit Matten zu sichern.

Für das Skaten auf dem Schulhof während der Pause und für spezielle Skateanlagen auf dem Schulgelände sind gesonderte Flächen erforderlich. Tipp: Stellen Sie entsprechende Verhaltensregeln auf!

Mittendrin

Bei der systematischen Einführung des Skatens in der Schule ist noch vor der Vermittlung der Fahrtechniken besonderes Augenmerk auf das Fallen und Bremsen zu legen. Je besser Schülerinnen und Schüler kontrolliert fallen können, desto sicherer werden sie in unvorhergesehenen Situationen reagieren.

Kurz und knapp

- Für alle Schülerinnen und Schüler sind passende Inlineskates und Boards vorhanden.
- Es sind ausreichend Helme und Protektoren vorhanden.
- Inlineskates und Boards sind technisch einwandfrei, sie haben ein GS-Zeichen.
- Die Sportgeräte werden regelmäßig überprüft.
- Die Sporthalle kann zum Skaten genutzt werden.
- Im Außenbereich ist eine ausreichend große Fläche zum Skaten vorhanden.

Grundlegendes zum Eislaufen

Die Wintersportart Eislaufen ist sehr beliebt. Ob während einer Klassenreise, als Projekt oder im regulären Unterricht: Schülerinnen und Schüler können hier vielfältige Erfahrungen sammeln, die sie so nur im Wintersport machen können.

Schutz und Technik

Zur Ausrüstung im Eislaufen gehören nicht nur gut sitzende und haltgebende Schlittschuhe, sondern auch Mütze, Handschuhe und warme Kleidung. Das Tragen eines Helmes ist grundsätzlich erforderlich. Im Anfängerbereich kann man auch Knieschoner, Handgelenkschoner und Ellenbogenschoner anlegen.

Tipps zu den Schlittschuhen:

- richtige Passform beachten
- geschliffene Kufen
- Kufenschützer beim Transport und Transport der Schuhe in einer Tasche
- richtiges Schnüren der Schuhe – nicht zu fest und nicht zu locker
- lange, herunterhängende Schnürbänder vermeiden – lieber einmal mehr drum herum wickeln

Mittendrin

Eislaufen ist ebenso wie das Inlineskaten eine gute Vorbereitung auf das Skifahren. Natürlich birgt Eislaufen Unfallgefahren. Nutzen Sie mit den Schülerinnen und Schülern nur freigegebene oder besser künstliche Eisflächen. Jedoch ist auf kommerziellen Eislaufbahnen meistens viel Verkehr. Nutzen Sie stets die angegebene Fahrtrichtung, um Zusammenstöße zu vermeiden. Vielleicht besteht die Möglichkeit, eine Eisfläche für den Unterricht durch Verkehrshütchen abzugrenzen. Verwenden Sie keine Seile oder Absperrbänder dafür. Als Lehrkraft betreten Sie zuerst die Eisfläche und verlassen diese als Letzter. Während die Eismaschine im Einsatz ist, darf das Eis nicht betreten bzw. sollte die Fläche zügig verlassen werden. Gern sitzen Eislaufende auf der Bande, das ist aber sehr gefährlich für Vorbeifahrende und beim Absteigen kann es zu Stürzen kommen. Achten Sie darauf, dass Bandentüren geschlossen sind. Im Anfängerbereich sollten sich die Schülerinnen und Schüler nicht gegenseitig festhalten. Schnell reißt man sich gegenseitig mit und verletzt

sich dadurch. Nutzen Sie Stütz- oder Laufhilfen. Sicheres Eislaufen erfordert eine umsichtige und konsequente Unterrichtsplanung und -durchführung.

Disziplin und richtiges Verhalten auf der Eisfläche spielen eine wichtige Rolle. (Weitere nützliche Informationen finden Sie auf der DVD Gleitsportarten GUV-71.11.)

Kurz und knapp

- Die Schlittschuhe sind technisch einwandfrei und in der richtigen Größe vorhanden.
- Schutzausrüstung ist für alle Schülerinnen und Schüler vorhanden (Helm, Schoner, Handschuhe etc.).
- Qualifikation und Erfahrung der Lehrkräfte ist vorhanden und auf aktuellem Stand.
- Die Eisfläche ist freigegeben und bietet viel Raum für die Schüler.
- Erste-Hilfe-Material wird mitgeführt und ein Notruf kann jederzeit abgesetzt werden.

Sicher im Kanu und Boot unterwegs

Grundlegendes

Gerade in Hamburg mit seinen zahlreichen und vielfältigen „Wassersportplätzen“ lassen sich interessante Unterrichtseinheiten (z. B. durch geblockte Unterrichtsstunden), Arbeitsgemeinschaften, Projektwochen oder spannende Klassenreisen gut durchführen. Egal auf welchem Gewässer man sich befindet: Wassersportarten wie Kanu-, Ruder- oder Segelsport fördern intensive und nachhaltige Bewegungserfahrungen. Gerade die Herausforderung und dauerhafte Behauptung einer stabilen Gleichgewichtsposition mit dem Risiko des Kenterns wird oft (sofern die Wassertemperatur stimmt) als sehr reizvoll und spannend empfunden. Ein Kentern in kalkulierbaren Situationen im Kajak, Skiff oder Segelboot ist daher als zulässige Erfahrung im Sinne von reflektierendem Lernen und nicht als Fehler zu bewerten.

Vertiefende inhaltliche Aspekte zur Unterrichtsplanung sowie didaktisch-methodische Hinweise werden detailliert in den Arbeitsvorlagen und Handreichungen des LI Hamburg (Hrsg.), Rudern und Kanusport im Unterricht, vorgestellt.

Sicherheitsaspekte bei der Unterrichtsplanung

Ob Kanu-, Ruder- oder Segelsport: Bevor mit einem Unterrichtsvorhaben im Wassersport begonnen wird, muss sich die Lehrkraft grundsätzliche Überlegungen zu den vorhandenen Rahmenbedingungen machen.

- Liegen die Lehrqualifikation, Rettungsfähigkeit (DRSA Silber) und Erste-Hilfe-Nachweis vor?
- Ist das Bootsmaterial auf die Erfordernisse des Übungsgewässers abgestimmt?
- Ist die Schwimmsicherheit bei Schülern überprüft worden (Schwimmzeugnis)?
- Sind genügend Schwimmhilfen vorhanden (Schwimmwestenpflicht)?
- Sind die Schülerinnen und Schüler den Witterungsbedingungen entsprechend gekleidet?
- Kann ich einen Bootsanhänger sicher Be- und Entladen?

Auf Wanderfahrten gilt zusätzlich:

- Sonnenschutz/Sonnencreme, Sonnenbrille, Sonnenhut, Getränke
- Kartenmaterial und Erste-Hilfe-Tasche
- Verpflegungspaket
- Regenkleidung, Wechselkleidung (immer wasserdicht verpacken!)
- feste Turnschuhe, um das Verletzungsrisiko durch Scherben oder Unrat beim Aussteigen zu verhindern

Vermeiden von Gefahrensituationen

Gefahrensituationen können unabhängig voneinander durch Lehrkräfte und/oder Schülerinnen und Schüler verursacht werden. Die im Unterricht oder auf einer Klassenfahrt zu berücksichtigenden Situationen hängen dabei vom Fahrtengebiet und dem eingesetzten Material ab. Grundsätzlich können gefährliche Situationen mit Unfallfolgen auf die nachstehenden Ursachen zurückgeführt werden.

Durch die Lehrkraft verursachte Gefahrensituationen:

- mangelnde fachliche Voraussetzung auf Seiten der Lehrkraft
- Fehleinschätzung von Gefahrensituationen wie z. B. Wehre, Gezeitenstrom, Wetterverhältnisse
- Selbstüberschätzung
- Überschätzung der physischen und psychischen Voraussetzungen bei den Schülerinnen und Schülern
- Geräteunkennntnis

Durch Schülerinnen und Schüler verursachte Gefahrensituationen:

- Nichtbeachtung von Sicherheitsregeln
- Selbstüberschätzung
- mangelnde physische und psychische Voraussetzungen
- Entkräftung
- Unterkühlung nach einer Kenterung mit Ertrinkungsgefahr

Orientierungen für den Unterricht

Zu einem erfolgreichen Wassersportunterricht gehört eine systematische Einführung. Es sollten Aufgabenformen mit steigendem Schwierigkeitsgrad folgen:

Leitsatz: Vom Hallenbad über den Badesee zu fließenden Gewässern!

Wasser- und Bootsgewöhnung sollte in ruhigem Wasser (wenn möglich Hallenbad) stattfinden. Erste Erfahrungen mit dem Kentern im Kajak/Skiff/Segelboot und spielerische Angebote bieten die Möglichkeit, die Eigenschaften der Boote kennenzulernen. Ebenso gehören die ersten Erfahrungen mit Geschwindigkeiten dazu, die je nach Bootstyp variieren. In weiteren Schritten können die Lernenden die Strömung fließender Gewässer erleben. Wichtig ist die Kontrolle der sicheren Rahmenbedingungen, die Risiken in der ersten Lernphase vermeiden!

Grundsätzlich sind dabei immer wieder alle notwendigen Kontrollschritte zu durchdenken (Selbstcheck Lehrkraft!). Unbedingt muss die Lehrkraft in allen Unterrichtssituationen feste Rahmenbedingungen wie Fahrtstrecke, gemeinsame Haltepunkte, maximale Entfernung von der Lehrkraft für die Lernenden setzen. Die Einhaltung der Regeln muss von der Lehrkraft stets kontrolliert und eingefordert werden.

Leitsatz: Je schwieriger die Umweltbedingungen, umso enger bleibt die Gruppe zusammen!
Richtwert: Rufeweite muss eingehalten werden!

Zu guter Letzt (Ansprechpartner, Quellen/Literatur)

Ansprechpartner:
Landesinstitut für Lehrerbildung und Schulentwicklung – Schulsport, Unfallkasse Nord, www.uk-nord.de

Fit in allen Booten, interaktive CD-ROM, Hrsg.: Deutsche Gesetzliche Unfallversicherung (DGUV) 2008
Spitzenverband der gewerblichen Berufsgenossenschaften und der Unfallversicherungsträger der öffentlichen Hand
Fockensteinstraße 1, D-81539 München
Erstellt von: Michael Mahncke-Iwe (Inhalt), Karin Bartel, Gertrud Krapp (Grafik), Peter Esser-Krapp (Realisierung: „ip Neue Medien und Bildung“, Hamburg), mit freundlicher Unterstützung des LI Hamburg

Rudern und Kanusport im Unterricht, Arbeitsvorlagen und Handreichungen, Hrsg.: LI Hamburg, Hamburg 2008
www.li-hamburg.de/publikationen/index.html

Selbstcheck für die Lehrkraft

- Ich habe eine geeignete Qualifikation (Studium/Fortbildung/staatlich anerkannte Nachweise).
- Ich habe die Erziehungsberechtigten über das Unterrichtsvorhaben in Kenntnis gesetzt und ihr Einverständnis eingeholt.
- Ich kenne die physischen und psychischen Voraussetzungen meiner Lerngruppe.
- Ich habe geeignetes Bootsmaterial ausgewählt und dessen Sicherheit überprüft (Auftriebskörper, Paddel, Skulls, Spritzdecken, Schwimmhilfen, Segel, stehendes und laufendes Gut der Jollen/Robinsons/Optis, Steueranlagen, den Bootskörper auf Schäden untersucht).
- Ich kenne mich auf dem zu befahrenden Gewässer aus oder
- Ich habe Erfahrungen auf ähnlichen Gewässern gesammelt und verfüge über alle entsprechenden Informationen.
- Ich habe schon mehrmals Gruppen als Co-Teacher angeleitet und/oder eine erfahrene Lehrkraft im Unterricht/auf einer Wanderfahrt/Segeltour begleitet.
- Ich verfüge selbst über genügend Bewegungserfahrungen.
- In Zweifelsfällen habe ich Rat von Fachleuten eingeholt.

Sicher an der Boulderwand

Allgemeine Einführung

Bouldern ist eine Spielart des Sportkletterns. Es bedeutet nichts anderes als das „seilfreie Klettern an Felsblöcken“ (*boulder* kommt aus dem Englischen und bedeutet „Felsblock“). Seilfrei Klettern bedeutet aber auch, dass bis zu einer Höhe (Tritthöhe maximal 2 Meter) geklettert wird, in der das nahezu verletzungsfreie Stürzen bzw. Abspringen aus einer Route möglich ist.

Zunächst unterscheidet man die Out- und Indoorboulderanlage. Bei der Outdooranlage hängt die maximale Kletterhöhe von der Untergrundbeschaffenheit des Absprungbereiches ab:

- bis 60 cm Tritthöhe = erlaubt ist nicht dämpfender Untergrund (Beton, Asphalt etc.)
- 60 cm bis 1,50 m Tritthöhe = ungebundener Boden (z. B. Rasen)
- 1,50 m bis 2,00 m Tritthöhe = stoßdämpfender Untergrund (Sand, Kies, Matten etc.)

Bei einer Indooranlage bestimmt die Mattenart die Höhe des Absprungbereiches:

- Turnmatte: höchster Tritt 1,00 Meter
- Niedersprungmatte: höchster Tritt 1,50 Meter
- Fallschutzmatte: höchster Tritt 2,00 Meter

Die Gesamthöhe einer Boulderanlage sollte deswegen nicht höher als 3 Meter (höchste Griffhöhe) sein. Im Außenbereich darf das Überklettern einer Boulderanlage nicht möglich sein. In Boulderanlagen darf bei dem entsprechenden Fallschutz also ohne Seilsicherung geklettert werden.

Die Boulderanlage muss so beschaffen sein, dass andere Sportarten uneingeschränkt betrieben werden können, wenn keine Kletter-/Boulderurse stattfinden. Ein Prallschutz muss vorhanden sein, der sicher gewährleistet, dass das unbefugte Beklettern der Anlage nicht stattfindet, wenn im gleichen Bereich eine andere Sportart betrieben wird.

Bedeutung für den Schulsportunterricht

Personen und Maßnahmen

Der Unterrichtende muss keinen Qualifizierungsschein haben, um „Boulderunterricht“ geben zu können. Die hier beschriebenen „Boulderwände“ gelten in dieser Höhe noch als „Spielgerät“. Es empfiehlt sich aber, entsprechende Vorkenntnisse im Bouldern bzw. Sportklettern zu haben. Nur so ist es möglich, einen guten und qualifizierten Sportunterricht für diese Sportart zu gewährleisten.

In einer Boulderanlage können durchaus mehr Personen bzw. Schülerinnen und Schüler gleichzeitig an der „Wand“ sein als beim Klettern mit Seilsicherung. Es sind – anders als beim Klettern mit Seilsicherung – keine großen Vorkenntnisse vonnöten. Das bedeutet: auch in Grundschulen kann mit dem Bouldern begonnen werden. Die Grundregeln zum Verhalten in Sporthallen sollten den Schülerinnen und Schülern bekannt sein. Kletterwände haben einen hohen Aufforderungscharakter und laden sehr zum „Machen“ ein. Dennoch sollten ein paar Grundregeln zur Sicherheit eingehalten werden:

Vor dem Sport:

- Erwärmen! Eine Verletzungsgefahr besteht, weil in teilweise harten Einzelzügen eine extreme Belastung der Muskeln und Bänder stattfindet.
- Die ausgelegten Absprungmatten stoßen aneinander und es bilden sich keine Lücken.
- Kletterschuhe sollen verwendet werden, wenn dadurch ein sicherer Stand beim Klettern gewährleistet wird.

Während des Sports:

- Die Kletternden an der Wand halten einen gewissen Abstand und behindern sich nicht gegenseitig.
- Nicht über stehende Personen klettern, die sich in der Nähe der Wand befinden.
- Zusätzliche Sicherheit für den Kletternden bietet das „Spotting“. Das bedeutet, dass eine mindestens gleich große Person hinter dem Kletternden steht. Beim Abspringen bzw. beim Sturz wird durch das kontrollierte „Zupacken mit den Händen“ im Hüftbereich ein Rückführen des Kletternden zum sicheren Stand gewährleistet. – Es findet kein Auffangen statt.

- Übung macht den „Meister“. Wie in jeder Sportart bilden die Wiederholung und das Trainieren die Grundlage für eine Steigerung aller Komponenten dieser Sportart.

Vorteile des Boulderns gegenüber dem gesicherten Klettern

Die „Zuschauer“ sind deutlich dichter am Geschehen und können anfeuern, Tipps zur Lösung des „Boulderproblems“ geben und erleben hautnah mit, wenn mit aller Kraft gegen die Schwerkraft gearbeitet wird. Die Beschäftigung mit einem „Boulderproblem“ wird zum Gruppenerlebnis, weil Mitkletterer sich auf schnellem Wege ebenfalls an dem Problem ausprobieren können.

Um eine gewisse Vielfalt an die Wand zu bekommen, ist es unbedingt erforderlich, dass neben dem „Freien Klettern“ Bewegungsaufgaben gestellt werden. Eine geschulte Kletterlehrkraft vermittelt den Schülerinnen und Schülern dadurch ein weit höheres Maß an koordinativen, taktilen und konditionellen Fähigkeiten. Da in der Hamburger Schullandschaft alljährliche „Boulderwettkämpfe“ stattfinden, ist anzuraten, diese mit Schülerinnen und Schülern zu besuchen. Sich im fairen sportlichen Wettkampf miteinander zu vergleichen und den eigenen Leistungsstand mit dem anderer Schülerinnen und Schüler zu messen, kann nur motivierend sein.

Zum Abschluss noch ein paar Leitfragen und Hinweise zum Bouldern

- Wo beginnt und endet der Boulder?
- Wie sind die Anteile von Querungen und Klettern gestreut, gibt es versteckte Haltepunkte?
- Welchen Anteil haben die Füße beim Bouldern? („Nur“ Tragen des Körpers, oder auch Drücken und Ziehen?)
- Was sind gute und schlechte Griffe? Welche Belastungsrichtungen sind gegeben und wie können sie gehalten werden?
- Welche Rolle spielt der Körperschwerpunkt?

Weiterführende Einstiegsliteratur

- Information „Klettern in Kindertageseinrichtungen und Schulen“, BG/GUV-SI 8013, DGUV, Fassung Dezember 2010
- Krug, Gerald: Die 4. Dimension, Kletter- und Boulderlehrbuch, Halle 2009
- Sportkletterverband e.V.: Handbuch zum Instruktor für künstliche Kletteranlagen, Berlin 2004
- Winter, Stefan: Sportklettern, München 2001

Sicheres Ringen und Raufen; Judo

Unter unterschiedlichen Bezeichnungen ist in die neueren Rahmenpläne für den Sportunterricht fast aller Bundesländer der Bereich „Kämpfen – Zweikampfsportarten“ aufgenommen worden. Dieses Bewegungsfeld ist auch Bestandteil der Hamburger Rahmenpläne.

Warum ist Ringen und Raufen so ein wertvolles Bewegungsfeld?

Falltechniken als Körperschutz: Die Schülerinnen und Schüler entwickeln durch das Erlernen von Falltechniken ein Gefühl für die eigene Sicherheit und den Schutz gefährdeter Körperteile (Kopf, Ellenbogen, Schulter/Schlüsselbein).

Wurftechniken mit Partnersicherung: Die Schülerinnen und Schüler entwickeln durch das Erlernen von Wurftechniken ein Gefühl für eine gelungene Wurfbewegung unter Berücksichtigung der Partnersicherung sowie ein Gefühl für eine gelungene kooperative Fallbewegung. Diese Aspekte erkennen die Schülerinnen und Schüler als zusammengehörige Teile (des Gesamtbilds) einer partnerschaftlichen Aktion.

Kontrollierte Grifftechniken: Die Schülerinnen und Schüler entwickeln durch das Erlernen von Grundfertigkeiten im Bereich Griff- und Bodentechniken (Haltegriffe und Befreiungs-Techniken, in höheren Klassenstufen auch Armhebeltechniken und Würge-Techniken mit Kontrolle) ein Gefühl für eine gelungene Kontrolle des Partners, ein Gefühl für passende Befreiungsbewegungen beim Ansatz eines Haltegriffs des Partners sowie für den kontrollierten und deshalb nicht verletzenden Einsatz von gefährlichen Hebel- und Würge-Techniken.

Regelgerechtes Zweikampfverhalten: Die Schülerinnen und Schüler entwickeln ein Gefühl für ein faires Verhalten beim Zweikampf mit einer Kontrahentin/einem Kontrahenten (Einhalten von Regeln) sowie das Gefühl für die Lücken, die die Kontrahentin/der Kontrahent im Zweikampf offenbart, und ein daraus resultierendes entschlossenes Bewegungsverhalten, welches zum Sieg führt. Zudem lernen sie, dass es ein unanfechtbares menschliches Grundrecht auf Unversehrtheit gibt und dass „Gewinnen“ und „Verlieren“ zwar zum Betätigungsfeld Zweikämpfen dazugehören, jedoch keine Auswirkung auf die soziale Akzeptanz einer Person haben müssen und dürfen.

Sollte ich als Lehrkraft das Unterrichten Ringen und Raufen unterlassen, wenn ich keine Erfahrung habe, bzw. wie kann ich mich für das Unterrichten von Ringen und Raufen qualifizieren?

Da für die allermeisten Schülerinnen und Schüler und auch für viele Lehrerkollegen kampfsportliche Erfahrungen im Sportunterricht neu sind, empfiehlt es sich zunächst, sich mit der Lerngruppe an das Thema heranzutasten.

Das bedeutet, zunächst einige Kampfspiele bzw. Zweikampfübungen (mit einem Partner oder in einer Gruppe) in das Aufwärmen bei anderen Sportunterrichtsinhalten aufzunehmen. Für eine Unterrichtseinheit „Ringen und Raufen“ ist es hilfreich, die Gruppe gut zu kennen, um eventuelle Schwierigkeiten bzw. Ängste der Schülerinnen und Schüler im Hinblick auf Körperkontakt und Kämpfe einschätzen zu können.

Auf der anderen Seite sollte man als Lehrkraft den Mut haben, sich an das Lernfeld auch ohne große Vorkenntnisse heranzuwagen, da viele Schülerinnen und Schüler (auch im kontrollierten Rahmen) begeistert ihren Kräften freien Lauf lassen und kämpfen wollen.

Welche allgemeinen Sicherheitshinweise sollte man beim Unterrichten von Ringen und Raufen beachten?

Das Unterrichten von Ringen und Raufen bedeutet zunächst einmal, sich an das Thema „Kämpfen“ heranzuwagen. Viele Schülerinnen und Schüler verbinden hiermit die in vielen Filmen gezeigten gefährlichen Schlag- und Stoßtechniken, die zu schmerzhaften, ernsthaften und nachhaltigen Verletzungen führen können. Damit ein Kämpfen im schulischen Rahmen möglich wird, haben sich hinsichtlich der Durchführung folgende Modalitäten bewährt:

Budo-spezifische Rituale: Für den Unterricht hat es sich bewährt, dass auf Rituale zurückgegriffen wird, die den Sportarten des Budo immanent sind. Diese sollten von Beginn an im Unterricht selbstverständlich werden, da sie als Schwellenrituale einen klaren Rahmen der kämpferischen Auseinandersetzungen darstellen. Hierzu zählt ein gemeinsamer Anfang bzw. ein gemeinsames Ende im Sitzkreis mit Konzentrationsphase, während der die Anwesenden die Augen schließen. Es folgt dann ein gemeinsames Angrüßen durch Verneigen im Sitzen. Zur Einrahmung der Zweikampfhandlungen dient das Angrüßen durch

Verneigen im Stand und am Boden vor und nach jedem Partnerwechsel (beim Üben gleichermaßen wie beim Kämpfen).

Freie Partnerwahl: Die Lehrkraft sollte es ermöglichen, dass sowohl beim partnerschaftlichen Üben als auch beim Kämpfen mit einer Kontrahentin/einem Kontrahenten die Schülerinnen und Schüler ihre Partner frei auswählen dürfen. Insbesondere beim Einstieg in das Thema wäre ein Mitmachzwang kontraproduktiv. Es sollten demnach Partnerwechsel initiiert, also organisatorisch ermöglicht und forciert werden. Die Schülerinnen und Schüler sollten zudem dahingehend motiviert werden, dass sie öfters neue Personen zum Üben oder Kämpfen suchen.

Rücksichtnahme und Hilfsbereitschaft: Von Beginn an muss klar sein, dass man sowohl beim Lernen der Kampftechniken als auch beim Kämpfen selber einen rücksichtsvollen Umgang pflegt, d. h. alle versuchen bei den Übungen, es der Partnerin/dem Partner leicht zu machen und ihr bzw. ihm beim Gelingen zu helfen. Ein partnerschaftliches Verhalten ist beim kampf-sportlichen Üben unabdingbar, weil die beteiligten Personen in ihrem Bewegen in direkter Weise aufeinander bezogen sind.

Regelgeleitetes Kämpfen und Regelbewusstsein: Beim Kämpfen dürfen bestimmte Grenzen nicht überschritten werden. Daher sollten zu Beginn des Unterrichts Regeln aufgestellt und vereinbart werden, wonach schmerzhafte oder gar schädigende Aktionen strikt verboten sind. Hierzu zählen u. a. kratzen, beißen, hebeln, würgen, den Kopf einklemmen und zudrücken, die Wirbelsäule angreifen etc.

Einführung der „Stopp-Regel“: Wenn eine Person beim Wettkämpfen oder Üben – aus welchem Grund auch immer – das Zweikampfgeschehen beenden will, ruft sie einfach „Stopp“ oder schlägt zweimal kurz ab (auf die Matte oder am Partner). Das Bewegungsgeschehen muss dann sofort unterbrochen werden.

Ruhemomente: Viele Schüler werden durch das Kämpfen emotional und körperlich regelrecht aufgeputscht. Damit sie wieder herunterfahren können, sind als Kontrapunkt zum Kämpfen ruhige Momente (z. B. auf die Atmung achten) und Entspannungsphasen (auch mit Partner) hilfreich. Diese können zwischendurch im Unterricht oder am Ende (nach dem Kämpfen) platziert werden.

Wie beuge ich Unfällen und Verletzungen vor?

Falltechnik: In vielen Zweikampfsportarten liegt das Ziel darin, den Gegner auf den Boden zu zwingen. Nicht nur dafür empfiehlt sich, das Fallen in unterschiedlichen Situationen zu üben. Beim Fallen aus dem Stand stützt sich der Anfänger intuitiv mit den Händen ab. Hierbei können Handgelenke, Ellbogen und Schulter verletzt werden. Damit diesem Verletzungen verursachenden Stützreflex entgegengewirkt sowie auch der Kopf geschützt werden kann, gilt es eine methodische Fallschule durchzuführen. Hierbei ist es wichtig, die Fallübungen von unten nach oben aufzubauen (Fallen aus dem Liegen, dem Sitzen, dem Hocken, dem Stehen) und immer wieder die Fallsicherheit der Übenden zu überprüfen (z. B. durch Vormachenlassen). Bei der Vorwärtsrolle ist es wichtig, dass nicht zu früh zu weit, z. B. über zu große Hindernisse, gerollt wird, da hierbei insbesondere das Schlüsselbein gefährdet ist. Beim Rückwärtsrollen sollte zuvor die Nackenmuskulatur, beim Fallen rückwärts bzw. seitwärts (ohne Überrollen) die Halsmuskulatur aktiviert (gekräftigt bzw. gedehnt) worden sein, um nachträglichen Muskelverspannungen vorzubeugen.

Techniken des Kämpfens aus der Distanz: Sofern das verantwortungsbewusste Verhalten der Schülerinnen und Schüler es zulässt, können im Unterricht auch Schlag-, Stoß-, Tritt- und die zugehörigen Ausweich- bzw. Abwehr-Techniken thematisiert werden. Dabei müssen diese Techniken als nicht zwangsläufig schädigungsintendierend verstanden werden. Zwar können diese Techniken des Kämpfens aus der Distanz durchaus zu Verletzungen führen, vor allem wenn dieses von der ausführenden Person so beabsichtigt wird. Derartige Absichten können prinzipiell jedoch genauso mit Wurf-, Hebel- oder Würge-Techniken oder auch mit einer Grätsche beim Fußball verfolgt werden. Aus diesem Grund ist nicht die Bewegung an sich, sondern die ihr zugrunde liegende Intention verwerflich. Bei der Vermittlung dieser Techniken müssen folgende Voraussetzungen gelten:

- Die Schülerinnen und Schüler müssen verstanden haben, dass das eigene verantwortungsvolle Handeln das Vertrauen der anderen für ein gemeinsames Üben schafft.
- Die Schülerinnen und Schüler haben ihr verantwortungsvolles Verhalten gegenüber anderen beim Kämpfen mit Körperkontakt unter Beweis gestellt.

- Die Schülerinnen und Schüler lernen diese Techniken von Beginn an mit einem Partner, so dass sie die Notwendigkeit der rücksichtsvollen Kontrolle ihrer Bewegung direkt nachvollziehen können.

Die Schülerinnen und Schüler lernen diese Angriffstechniken immer in Verbindung mit den zugehörigen Verteidigungsaktionen eines Partners, damit ihnen der Partnerbezug (und damit die Notwendigkeit zur Rücksichtnahme) stets präsent bleibt. Der Unterricht muss auf die Kooperation und eben nicht die Konkurrenz der übenden Personen ausgerichtet sein.

Wettkämpfe mit Körperkontakt: Das Kämpfen ist grundsätzlich eine offene körperliche Auseinandersetzungssituation, die es durch Regeln einzuschränken gilt, damit ein gefahrloses Kämpfen ermöglicht wird. Bestimmte, da leicht schädigende Techniken (s. o.) sind beim Wettkämpfen in der Schule verboten. Nach dem Prinzip „von unten nach oben“ sollte mit dem Kämpfen am Boden begonnen und erst später (nach dem Beherrschen der Falltechnik) das Kämpfen im Stand zugelassen werden.

Wettkämpfe aus der Distanz: Um Wettkampfsituationen mit Schlagtechniken realisieren zu können, müssen einschränkende Vorkehrungen getroffen werden, die Verletzungen der Kämpfenden vorbeugen:

- Die Techniken dürfen nicht zum Kopf ausgeführt werden. Allein der muskelgeschützte Bauch ist die Trefferfläche.
- Techniken dürfen nicht mit vollem Krafteinsatz ausgeführt werden. Es zählt nicht die Wirkung, sondern die geschickte oder schnelle Platzierung eines Treffers.
- Die Extremitäten, die zum Einsatz kommen, können mit Polstern abgesichert werden (z. B. Boxhandschuhe, Schutzweste, weicher Schienbeinschutz, evtl. zusätzlich Kopfschutz). Hierbei gilt es abzusichern, dass diese Schutzausrüstung wirklich der Milderung der Schlagwirkung dient und dadurch nicht die Techniken an Intensität gewinnen!
- Um einen geregelten Kampf zu gewährleisten, muss ein Kampfrichter nach jedem Punktgewinn die Kämpfer trennen und den Punkt vergeben.

Weitere Anregungen zum Ringen und Raufen/Kämpfen/Judo

Deutscher Judo-Bund e. V. (Hrsg.): „Judo spielend lernen“, Kelly-Druck GmbH, Abensberg 2006
(erhältlich beim DJB, Otto-Fleck-Schneise 12, 60528 Frankfurt/Main)

LandesSportBund/Sportjugend NRW: „Ringen und Kämpfen – Zweikampfsport, Handreichung für die Schulen der Primarstufe und Sekundarstufe I“, Lenters Druck, Dortmund 2002
(erhältlich beim LandesSportBund NRW, Friedrich-Alfred-Str. 25, 47055 Duisburg)

Unfallkasse Nordrhein-Westfalen (vormals: Rheinischer Gemeindeunfallversicherungsverband RGVVV, Hrsg.): „Kämpfen im Sportunterricht“, Düsseldorf 2003
(Download möglich unter: www.sichere-schule.de/sport/kaempfen/kis/kis.htm)

5. Quellen und (weiterführende) Literatur

Deutsche Gesetzliche Unfallversicherung (DGUV, Hrsg.): „Fit in allen Booten“, interaktive CD-ROM, erstellt von Michael Mahncke-Iwe (Inhalt), Karin Bartel, Gertrud Krapp (Grafik), Peter Esser-Krapp (Realisierung: „ip Neue Medien und Bildung“, Hamburg), mit freundlicher Unterstützung des LI Hamburg, Hamburg 2008

Deutscher Judo-Bund e. V. (Hrsg.): „Judo spielend lernen“, Kelly-Druck GmbH, Abensberg 2006 (erhältlich beim DJB, Otto-Fleck-Schneise 12, 60528 Frankfurt/Main)

„Sportspiele vermitteln“, in: Sportpädagogik Nr. 1/08, Friedrich Verlag, Seelze 2008

LandesSportBund/Sportjugend NRW: „Ringern und Kämpfen – Zweikampfsport, Handreichung für die Schulen der Primarstufe und Sekundarstufe I“, Lenters Druck, Dortmund 2002 (erhältlich beim LandesSportBund NRW, Friedrich-Alfred-Str. 25, 47055 Duisburg)

Deutsche Gesetzliche Unfallversicherung (DGUV, Hrsg.): „Lehrerbrieft Primarstufe/Sekundarstufe“, zu bestellen beim Verlag Heinrich Vogel, www.vogel-bildung.de

Weitere Literatur im Internet

Behörde für Bildung und Sport Hamburg (Hrsg.): „Aktiv statt Attest – das chronisch kranke Kinde im Schulsport“, Download unter www.schulsport-hamburg.de/Unterricht/Unterrichtsmaterialien-Handreichungen

Landesinstitut für Lehrerbildung und Schulentwicklung (LI) Hamburg (Hrsg.): „Rudern und Kanusport im Unterricht. Arbeitsvorlagen und Handreichungen“, Hamburg 2008, zu beziehen unter www.li-hamburg.de/publikationen

Landesinstitut für Lehrerbildung und Schulentwicklung (LI) Hamburg (Hrsg.): „Interkulturell – Vielfalt in der Schule“, unter www.li-hamburg.de/bie

Landesinstitut für Lehrerbildung und Schulentwicklung (LI) Hamburg (Hrsg.): Richtlinie „Erste Hilfe an staatlichen Schulen“, unter www.uk-nord.de/erstehilfe

Sicherheitsinformationen der Unfallkasse Nord

GUV-SI 8973 Klettern in der Schule
GUV-SI 8950 Was tun, wenn ...
Maßnahmen bei Unfällen im Schulsport
GUV-SI 8052 Alternative Nutzung von Sportgeräten
GUV-SI 8012 „Inline-Skaten“ mit Sicherheit
GUV-SI 8048 Checklisten zur Sicherheit im Sportunterricht
GUV-SI 8047 Mit der Schulklasse sicher unterwegs
GUV-SI 8044 Sportgeräte und Sportstätten
GUV-SI 8065 Erste Hilfe in Schulen
GUV-SI 8013 Sicher nach oben – Klettern in der Schule
GUV-SI 8082 Seilgärten in Kindertageseinrichtungen
und Schulen
GUV-SI 8050 Wahrnehmen und Bewegen
GUV-SI 8032 Turnen
Schwimmen spielend lernen – Ausgabe Hamburg
Sicher durch den Wintersport – Alpines Skifahren als Schulsport

Sicherheitstipps und Broschüren können heruntergeladen und bestellt werden unter: www.uk-nord.de/publikationen

Nützliche Links

www.sichere-schule.de
Tipps der Unfallkasse NRW zur Sicherheit in Schulen

www.sportunterricht.de
Turn- und Sportunterricht – Portal aus Deutschland

www.sportunterricht.ch
Turn- und Sportunterricht – Portal der Schweiz

www.li.hamburg.de/sport
Wichtige Informationen und mehr der Behörde für Schule und Berufsbildung und des Landesinstituts für Lehrerbildung und Schulentwicklung

www.uk-nord.de
Internetseite der Unfallkasse Nord

6. Kontakt

Landesinstitut für Lehrerbildung und Schulentwicklung (LI)

LI Sport
Moorkamp 7–9
20357 Hamburg

Judith Kanders
Tel.: 0 40 428 842 336
E-Mail: judith.kanders@li-hamburg.de

Katrin Gruner
Tel.: 0 40 428 842 332
E-Mail: katrin.gruner@li-hamburg.de

Unfallkasse Nord (UK Nord)

Spohrstraße 2
22083 Hamburg
www.uk-nord.de

Steffi Jarosch
Tel.: 0 40 27 15 32 35
E-Mail: steffi.jarosch@uk-nord.de

Fred Babel
Tel.: 0 40 27 15 32 24
E-Mail: fred.babel@uk-nord.de

Rüdiger Remus
Tel.: 0 40 27 15 32 23
E-Mail: ruediger.remus@uk-nord.de

Impressum

Herausgeber:
Unfallkasse Nord
Spohrstraße 2
22083 Hamburg
Telefon: 0 40 / 27153-0

Redaktion:
Sigrid Jacob
E-Mail: sigrid.jacob@uk-nord.de

Layout:
SoPunkt Agentur GmbH, Hamburg

1. Auflage 1.500 Exemplare, Mai 2012

Unfallkasse Nord

Standort Kiel

Seekoppelweg 5a

24113 Kiel

Telefon 04 31 / 64 07-0

Fax 04 31 / 64 07-450

Standort Hamburg

Spohrstraße 2

22083 Hamburg

Telefon 0 40 / 27153-0

Fax 0 40 / 27153-1000

ukn@uk-nord.de

www.uk-nord.de