

# DGUV pluspunkt



## Bewegungsfördernde Schule

Grundlagen für die  
Radfahrausbildung  
Hausaufgabenhilfe  
in der Schule

**BRIGITTE GLISMANN**  
ist stellvertretende Schulleiterin an  
der Berufsbildenden Schule Alzey  
und Mitglied des  
pluspunkt-Redaktionsbeirats.



## Zur Sache

### Liebe Leserinnen und Leser,

eine Untersuchung des Instituts für Sportwissenschaft der Universität Karlsruhe führte unter anderem zu folgendem Resultat: Von den 24 Stunden eines Tages verbringt ein Grundschulkind im Durchschnitt neun Stunden liegend, neun Stunden sitzt es, weitere fünf Stunden bringt es stehend zu – und nur während einer Stunde bewegt sich das Kind, davon 15 bis 30 Minuten intensiv.

Dies sind alarmierende Ergebnisse, denn Bewegungsmangel wirkt sich in vielerlei Hinsicht negativ auf die Entwicklung von Kindern und Jugendlichen aus. Die vorliegende pluspunkt-Ausgabe zeigt den Stellenwert von Bewegung für gesundes Leben und Lernen – wieder einmal – auf und soll Lehrkräfte aller Schularten ermutigen, mehr Bewegung anzuregen und zuzulassen.

Klar ist, dass Schule hierzu nur einen Teil beitragen kann, sei es durch Sportunterricht, durch bewegtes Lernen im Fachunterricht, durch Klassenfahrten mit viel Bewegung oder durch eine bewegungsfördernde Gestaltung des Pausenhofs. Lohnenswert ist aber auch der Austausch mit den Eltern über deren Möglichkeiten, ihre Kinder zu mehr Bewegung zu ermuntern. Vielleicht wäre das eine spannende Thematik für einen Elternabend oder einen Vortrag für Eltern der ganzen Schule?

Nur durch das Zusammenwirken von Schule und Elternhaus kann es gelingen, die Bewegungsfrequenz von Kindern und Jugendlichen nachhaltig zu steigern und damit positive Effekte für Gesundheit, Lernen und Entwicklung zu erzielen.

*Brigitte Glismann*

## Schwerpunktt Themen für pluspunkt 2011

**15 Jahre Arbeitsschutzgesetz**  
(3/2011; Redaktionsschluss: April 2011)

**Übergänge (Kindergarten-Schule-Berufsleben)**  
(4/2011; Redaktionsschluss: Juni 2011)

Thematische Beiträge sowie Fragen, Tipps und Meinungen richten Sie bitte an: pluspunkt-Redaktion, 65175 Wiesbaden, oder per E-Mail an: [redaktion.pp@universum.de](mailto:redaktion.pp@universum.de)  
Internet: [www.dguv-pluspunkt.de](http://www.dguv-pluspunkt.de)  
[www.dguv.de](http://www.dguv.de)

## Inhalt 2/2011

### Bewegungsfördernde Schule

- 3 „Sitzschulen“ sollen der Vergangenheit angehören: **Besser lernen mit Bewegung!**
- 5 Ein moderner Sportunterricht darf die individuellen Bewegungsprobleme der Schülerinnen und Schüler nicht ignorieren: **Mit Bewegungsrisiken zeitgemäß umgehen!**
- 8 Kurzvorstellung beispielhafter Projekte: **Aktionen zur bewegungsfördernden Schule**
- 11 Hinweise zur Vorbereitung und Durchführung eines Klassenausflugs per Boot: **Sichere Klassenfahrt zu Wasser**
- 12 Eine Grundschule hat ihren Schülerinnen und Schülern einen Ruheraum eingerichtet: **„Wer sich bewegt, muss auch zur Ruhe kommen können“**

- 14 Nicht selten scheitert mittlerweile eine praxisnahe Vorbereitung auf die Teilnahme am Straßenverkehr an motorischen Defiziten der Schüler: **Velofit – Grundlagen für die Radfahrausbildung in den Klassen 1 bis 3**

### MELDUNGEN / MEDIEN

#### RECHT

- 18 Unter welchen Voraussetzungen eine organisierte Hilfestellung bei den Hausaufgaben versichert ist: **Hausaufgabenhilfe in der Schule**

#### DARAN DENKEN!

- 20 **Bewegtes Lernen – auch noch in der Sek III!**

- 18 Impressum

Titelfoto: grafikdesign-weber.de

### Abonentenservice

Adressänderungen bitte unter Angabe Ihrer Kunden- oder Mitgliedsnummer an [vertrieb@universum.de](mailto:vertrieb@universum.de), telefonisch unter 0611 9030-501 oder per Fax an 0611 9030-281. Wenn Sie das Magazin über Ihren Unfallversicherungsträger beziehen, wenden Sie sich bitte direkt an diesen.



Foto: Tim Gutsch

Physikunterricht auf dem Drehstuhl: Beim abwechselnden Strecken und Anwinkeln seiner Arme erfährt dieser Schüler die Wirkung der Zentrifugalkraft am eigenen Körper.

# Besser lernen mit Bewegung!

Seit Jahren bemühen sich Schulverantwortliche vieler Bundesländer, mehr Bewegung in die Schulen zu bringen. „Sitzschulen“ sollen der Vergangenheit angehören. Realisierungsmöglichkeiten eröffnen sich vor allem in den einzelnen Konzepten für die Bereiche des bewegten Unterrichts, der bewegten Pause und des bewegten Schullebens. Dieser Beitrag rückt den Unterricht ins Zentrum der Betrachtungen.

## Notwendigkeit für mehr Bewegung

Die Notwendigkeit ergibt sich aus der Bewegungseinschränkung, der Kinder und Jugendliche – wenn auch individuell unterschiedlich – unterliegen. Bewegung ist aber für die umfassende Entwicklung der Heranwachsenden ausgesprochen wichtig. Sie fördert die motorische sowie körperliche Entwicklung und verbessert die Gesundheit ebenso wie das Wohlbefinden der Schülerinnen und Schüler. Sind sie in ihren Bewegungen sicher und motorisch fit, dann sind sie auch weniger von Unfällen betroffen.

Zusätzlich bieten Bewegungs- und Spielsituationen für Schülergruppen vielfältige soziale Lernmöglichkeiten. So zum

Beispiel wenn Schüler sich gegenseitig helfen, andere loben oder an ihnen Kritik äußern, ohne sie dabei zu verletzen. Außerdem können Bewegungshandlungen mit positiven emotionalen Erlebnissen verbunden werden. Des Weiteren erproben sich die Schülerinnen und Schüler in verschiedenen Bewegungsabläufen und lernen, das eigene Können, aber auch ihre Grenzen realistisch einzuschätzen. Vor allem aber steht Bewegung in einem engen Zusammenhang mit dem kognitiven Lernen.

## Durch Bewegung lernen

Der Bewegungssinn (kinästhetischer Analysator) ist neben dem optischen und dem akustischen Sinn eine weitere Mög-

lichkeit, Informationen aufzunehmen. So können zum Beispiel (geometrische) Figuren oder neue Buchstaben mit den Händen oder Füßen entlang eines Seils erfühlt, mit dem Körper geformt oder durch Bewegungshandlungen erfasst werden – beispielsweise durch Laufen oder Hüpfen. Im Mathematikunterricht ist es möglich, beim Bewegen auf einem Zahlenstrahl zu rechnen.

Bewegtes Lernen ist aber nicht nur eine methodische Form für die Grundschule. Denn auch in der Sek I und der Sek II lassen sich Bewegungsaufgaben integrieren: Im Fremdsprachenunterricht können Lehrer und Lehrerinnen Bewegungsanweisungen geben, zum Beispiel „Schließe das Fenster!“ – „Shut the window!“, und die Schüler kommen dieser ▶



**Geografieunterricht:** Hier bewegen sich die Mädchen und Jungen durch den Raum, um die Bundesländer mit den Hauptstädten zu kombinieren.

## Fazit

Die Ergebnisse von Längsschnittstudien der Klassen 1 bis 4 sowie 5 bis 9 zeigen, dass durch mehr Bewegung im gesamten Schulalltag vor allem Bedingungen für Schulleistungen und damit der Prozess des Lernens positiv beeinflusst werden können, so zum Beispiel Konzentrationsfähigkeit, Sozialverhalten, aktuelle Befindlichkeiten, Schul- und Lernfreude, soziales Klima, Lehrer-Schüler-Verhältnis, Arbeitsfreude auch der Lehrer. Es lohnt also, sich auf Neues einzulassen, Bedenken zu überwinden und bewegtes Lernen in den Unterricht zu integrieren.

Foto: Kasten Jänz

Aufforderung nach. Eine weitere Möglichkeit, den Fremdsprachenunterricht bewegter zu gestalten, sind kleine Rollenspiele. So lernen die Schüler Vokabeln interaktiv durch konkrete Handlungen. In den Physikstunden erfahren Schülerinnen und Schüler etwas über die Trägheit ihres Körpers beziehungsweise über die Zentrifugalkraft, indem sie, auf einem Drehstuhl sitzend, Gewichte mit den Händen näher oder weiter von diesem weg bewegen. Derartige Möglichkeiten, das kognitive Lernen unmittelbar mit Bewegung zu verbinden, finden sich in großer Zahl.

## Beim Bewegen lernen

Eine weitere Begründung für den Zusammenhang von Bewegung und kognitivem Lernen bezieht sich auf physiologische Aspekte: Bei stark bewegungseingeschränkten Tätigkeiten wie dem Sitzen erfolgt die Energiebereitstellung auf sehr niedrigem Niveau. Die Folgen: Ermüdung und damit verbunden Denk- und Konzentrationsschwierigkeiten. Außerdem kommt es zu Störungen in der Antriebs- und Steuerfunktion, zur Verlangsamung des Arbeitstempos und zu Fehlerhäufung. Bereits leichte Bewegungen können helfen, diese Erscheinungen zu überwinden, da die Sauerstoffversorgung und der Energiestoffwechsel im Gehirn angeregt werden. Man könnte also von einer Optimierung der Informationsverarbeitung sprechen, wenn der Lernstoff in Verbindung mit dem Gehen durch den Raum, dem Wechseln der Plätze oder dem Zuspieren eines Softballes erarbeitet und gefestigt wird. Anwendbar wären diese

# Bewegen und entspannen für den inneren Ausgleich

körperlichen Aktivitäten zum Beispiel beim Zuordnen von Begriffen, bei Malfolgen, orthografischen Besonderheiten, Vokabeln und Gesetzmäßigkeiten. Außerdem können sich die Schüler beim Gehen durch den Raum Informationen einholen. Zum Beispiel können sie so errechnete Ergebnisse mit den Lösungskarten vergleichen, Meinungen anderer erfragen, künstlerische Gestaltungsmöglichkeiten begutachten, sich ausliegendes Faktenwissen einprägen und am Platz aufschreiben. In Paaren oder Kleingruppen können beim Gehen im Raum Sachverhalte erörtert, Dialoge geführt, Positionen dargelegt oder sich Begriffe erklärt werden.

Neben diesen Methoden kann der Unterricht auch einfach für ein paar Minuten durch Bewegungsübungen unterbrochen werden, zum Beispiel mit Bewegungsgeschichten und -liedern oder Rhythmusübungen. Aber auch Entspannungsphasen lockern den Unterricht auf: Atemübungen, Massagen und Entspannungsgeschichten sorgen für den inneren Ausgleich. Danach fällt das Lernen wieder leichter.

Konkrete Beispiele für das bewegte Lernen in unterschiedlichen Fächern der Klassen 1 bis 4 und 5 bis 10/12 siehe unter: <http://bewegte-schule-und-kita.de>

## LITERATUREMPFEHLUNGEN

- Müller, Christina: *Bewegte Grundschule. Aspekte einer Didaktik der Bewegungserziehung als umfassende Aufgabe der Grundschule* (3., neu bearbeitete Aufl.). Academia Verlag, St. Augustin 2010, ISBN 978-3-89665-512-7
- Müller, Christina/Petzold, Ralph: *Bewegte Schule*. Academia Verlag, St. Augustin 2006, ISBN 3-89665-374-

## AUTORIN



**Prof. Dr. Christina Müller**

ist Leiterin des Fachgebiets Schulsport an der Sportwissenschaftlichen Fakultät der Universität Leipzig.



# Mit Bewegungsrisiken zeitgemäß umgehen!

Fotos: FotoliaComp

## Sicherheitsförderung in einer guten gesunden Schule

Im Rahmen einer zeitgemäßen schulischen Sicherheits- und Gesundheitsförderung, wie sie zum Beispiel der Ansatz der integrierten Gesundheits- und Qualitätsentwicklung mit dem Leitmotiv der guten gesunden Schule darstellt, erhält der Sport einen hohen Stellenwert. Er kann zum Beispiel das Lernen effektiver und gesundheitsförderlicher gestalten, zur Verbesserung des sozialen Klimas beitragen und – vor allem im Sportunterricht – die Aneignung fachspezifischer und fächerübergreifender sicherheits- und gesundheitsbezogener Kompetenzen unterstützen. Gerade die zuletzt genannte Aufgabe gewinnt angesichts der zunehmenden gesundheitlichen Beeinträchtigungen der Kinder und Jugendlichen an Bedeutung. Im Unterrichtsfach Sport lassen sich dabei **zwei Ansätze zur Herausbildung von Sicherheit fördernden Kompetenzen** unterscheiden:

Basierend auf einer **sportpädagogischen Perspektive** wurde vor zehn Jahren eine Orientierung curricular bedeutsam, die unter dem Schlagwort „Wagnis“ firmiert. Dieser Ansatz verfolgt das Ziel,

Schülerinnen und Schüler in Situationen der Bewährung hineinzuführen, die persönlichkeitsentwickelnde Bedeutung besitzen können. Der Sportpädagoge Peter Neumann präsentierte dazu ein fachdidaktisches Konzept, das im Dreischritt „Aufsuchen – Aushalten – Auflösen“ darauf hinweist, dass Schülerinnen und Schüler einen individuellen Zugang zu Wagnissen wählen müssen. Ihnen ist die Chance zu geben, Situationen der Bewährung einzugehen und ein mögliches Resultat in beide Richtungen (Abbruch bzw. erfolgreiche Bewältigung) auszuhalten. Durch ein reflektierendes Auflösen können die Wagnisse über die jeweilige Anforderungssituation hinaus persönlichkeitsbildende Wirkungen zeigen.<sup>1</sup> Der wagnissportliche Ansatz hat im Rahmen der bundesweit etablierten erzieherischen Ausrichtung des Schulsports seinen Platz gefunden, zum Beispiel im Abenteuer- und Erlebnissport. Eingang

## Erfolg und Misserfolg aus- halten lernen

findet der Ansatz beispielsweise auch in die nordrhein-westfälischen Richtlinien unter der Perspektive „Etwas wagen und verantworten“.

Eine **sozialwissenschaftlich fundierte Herangehensweise** liegt den Arbeiten der Wuppertaler Forschungsstelle „Mehr Sicherheit im Schulsport“ zu Grunde. Im Rahmen dieses Ansatzes wurden Studien zum Unfallgeschehen im Sportunterricht durchgeführt. Diese stellten übereinstimmend überproportionale Risiken in einzelnen Schulformen und Sportarten sowie in komplexen Spielsituationen und bei speziellen Bewegungsaufgaben fest. Der daraus für den Sportunterricht entwickelte „sicherheitsförderliche“ Ansatz rückt die für kompetentes Handeln in unsicheren Situationen notwendigen Fähigkeiten in den Vordergrund.<sup>2</sup> Zentrale Bedeutung kommt dabei den häufig im Sportunterricht auftretenden „riskanten Bewegungssituationen“ zu, in denen Schülerinnen und Schüler nicht ausreichend in der Lage sind, die ihnen gestellten Anforderungen zu verstehen und erfolgreich zu bewältigen. Vor allem aus solchen Situationen, insbesondere in den großen Ballspielen, resultieren im alltäglichen Sportunterricht Unfälle und Verletzungen. Die hier zu beobach- ▶

tende Unfallhäufigkeit verlangt nach methodisch-didaktischen Konsequenzen. Doch bislang hat der „risiko-orientierte“ Ansatz noch nicht in dem Maße Berücksichtigung in Lehrplänen, aber auch in Lehrerhandreichungen und Unterrichtsmedien gefunden, wie dies aus präventiver Sicht wünschenswert wäre.

### Lehrer- und Schülerhandeln beim Umgang mit Bewegungsrisiken im Sportunterricht

Als Beitrag zur Sicherheitsförderung im Schulsport ist es unerlässlich, die Stärken der beiden Konzepte für das unterrichtliche Handeln zu nutzen. Der curricular etablierte wagnispädagogische Ansatz löst Suchstrategien bei Lehrkräften aus, um schulsportliche Situationen mit Wagnischarakter ausfindig zu machen. Die publizierten Praxisbeispiele sind vielfach im Bereich des Kletterns, Turnens und beim Schwimmen zu verorten. Eine wesentliche Herausforderung für eine sicherheitsförderliche Arbeit ist die Inszenierung Unsicherheit erlaubender, gleichermaßen aber auch die Sicherheit der Schülerinnen und Schüler garantierenden Unterrichts. Wagnispädagogische Unterrichtsarrangements sind individualisiert anzulegen, damit alle Schülerinnen und Schüler in eine Auseinandersetzung mit den eigenen Grenzen gelangen. Sie wägen dabei die Chance einer erfolgreichen Bewältigung mit den Gefährdungen eines Fehlschlags ab und nehmen damit eine Risikokalkulation vor. Dies erfordert von der Lehrkraft ein ausgeprägtes methodisches Geschick, da die reflexiven Anteile des Sportunterrichts konstitutiv für gelingenden wagnispädagogischen Unterricht sind.



Der an empirischen Ergebnissen zu schulsportlichen Unfällen orientierte sicherheitsförderliche Ansatz „Mit Bewegungsrisiken umgehen können“ erfordert von Lehrkräften nicht die Suche nach besonderen Situationen, sondern das Erkennen relevanter Situationen im eigenen alltäglich ablaufenden Unterricht. Bei dieser Reflexion über Unterrichtssituationen mit einem zuvor nicht erkannten Gefährdungspotenzial sind die Erkenntnisse der Unfallstudien ausgesprochen hilfreich. Hinzutreten muss aber auch ein stärker reflektierter Umgang mit dem eigenen

## Verstecktes Gefährdungspotenzial in Routinehandlungen

unterrichtlichen Handeln, da unterrichtliche Routinehandlungen weiterhin den größten Unfallschwerpunkt darstellen. Darunter sind Handlungssituationen zu verstehen, in denen Schüler Bewegungen ausüben, die sie schon „häufig“ gemacht haben und deren Schwierigkeitsgrad sie als „leicht“ beurteilen.

Solche Routinehandlungen bergen die Gefahr in sich, dass immanente potenzielle Gefährdungen von Sportlehrkräften nicht gesehen beziehungsweise als nicht relevant bewertet und somit der „methodischen Aufmerksamkeit“ entzogen werden. Einzelne Sportlehrkräfte werden zum Beispiel Verletzungen im Rahmen des Unterrichts als nicht bedeutsam erachten oder als normale Begleiterscheinung des Sportunterrichts „verbuchen“, weil diese statistisch gesehen pro Klasse nur ein- bis zweimal im Jahr erlebt werden<sup>3</sup>, auf ein ganzes Bundesland gesehen jährlich aber zehntausendfach vorkommen. Die Schülerinnen und Schüler wiederum mögen gegebenenfalls um eine Gefährdung wissen, besitzen aber nicht die Handlungskompetenzen, um solche Gefahrensituationen bewältigen zu können.



Daraus resultiert für den im Sportunterricht dominierenden Unfalltypus „Routinehandlung“ die Forderung, unterrichtliche Abläufe hinsichtlich der jeweilig gesetzten Anforderungen zu überdenken und die Schülerinnen und Schüler immer wieder an der „Sicherheitsarbeit“ zu beteiligen. Dies wird zum Beispiel dann ermöglicht, wenn sie in den immer wiederkehrenden Übungssituationen nicht in die Rolle einer Person gedrängt werden, die ausschließlich Anordnungen der Lehrkraft zu befolgen hat. Vielmehr sollten sie die Gelegenheit erhalten, in strukturierten Organisationsformen die (als monoton erachteten) Übungssituationen nach eigenen Überlegungen und Wünschen zu variieren und dabei die Anforderungen sukzessive zu erhöhen.<sup>4</sup>

Neben den beiden thematisierten lassen sich weitere riskante Bewegungssituationen im Sportunterricht ermitteln. Hierzu gehören das Neulernen von Bewegungen, das Anwenden einer Fertigkeit unter variablen Bedingungen oder die (komplexen) Spielsituationen, die generell eine reflektiertere Unterrichtsarbeit aller Beteiligten erfordern.

### Ausblick

Sportlehrkräfte sind heute mehrfach gefordert: Sie sollen sowohl dazu beitragen, dass die Zahl von bundesweit weiterhin mehr als einer halben Million jährlich gemeldeter Schulsportunfälle zurückgeht als auch die Qualitätsentwicklung ihres Faches und die Entwicklung ihrer Schule voranbringen. Diese „Doppelaufgabe“ erscheint Lehrkräften auf den ersten Blick „kaum leistbar“ und „überzogen“ – doch gerade der Schulsport besitzt durch einen zeitgemäßen Umgang mit Bewegungsrisiken einzigartige fachliche Bedingungen zur Lösung dieser Aufgabe. Das Konzept der „guten gesunden Schule“ bietet den Sportfachkonferenzen einen geeigneten Bezugs-

rahmen, in den sie ihre Bemühungen zur Sicherheitsförderung einbringen und dabei zugleich einen originären Beitrag zur Qualitätsentwicklung ihres Fachs leisten können – sie müssen es aber wollen!

**AUTOREN**



**Prof. Dr. Horst Hübner** (hhuebner@uni-wuppertal.de) und **Inga Hense** (ihense@uni-wuppertal.de) sind Mitarbeiter des Fachbereichs Sportwissenschaft der Bergischen Universität Wuppertal, **Dr. Michael Pfitzner** (michael.pfitzner@uni-muenster.de) ist Mitarbeiter im Arbeitsbereich Sportdidaktik des Fachbereichs Psychologie und Sportwissenschaft der Westfälischen Wilhelms-Universität Münster.



<sup>1</sup> vgl. Neumann, P.: Das Wagnis im Sport. Grundlagen und pädagogische Forderungen. Verlag Hofmann, Schorndorf 1999

<sup>2</sup> vgl. Pfitzner, M.: Das Risiko im Schulsport, Lit Verlag, Münster 2001, S. 17–75

<sup>3</sup> vgl. Hübner, H.: Selbstevaluation des schulsportlichen Unfallgeschehens. In: Hübner, H., Hense, I. & Pfitzner, M. (Hrsg.), Selbstevaluation des schulsportlichen Unfallgeschehens. Modetrend oder nachhaltiges Instrument für einen sicheren und attraktiven Sportunterricht? (Schriften zur Körperkultur 56). Lit Verlag Münster 2009, S. 19–42

<sup>4</sup> vgl. Pfitzner, M.: Zum Unfallrisiko verschiedener Schulsportarten in Nordrhein-Westfalen. In: Dieterich, S., Hense, I., Hübner, H. & Pfitzner, M. (Hrsg.), Das schulsportliche Unfallgeschehen in Nordrhein-Westfalen im Schuljahr 2008/09. Ergebnisse und Trends (Schriften zur Körperkultur 60). Lit Verlag, Münster 2010, S. 62–72

**„Mit Bewegungsrisiken umgehen können“ – Anforderungen an die Lehrkraft**

... vor Aufnahme des Unterrichts

**Schwerpunkt: Wagnissituationen**

Aufsuchen von Unsicherheit ermöglichenden Unterrichtssituationen

Fragestellungen für die Lehrkraft:

Welche sportunterrichtlich zu inszenierenden Situationen bieten meinen Schülerinnen und Schülern Situationen der Unsicherheit, die sie

- a) mit den ihnen verfügbaren motorischen Ressourcen und
- b) in Zusammenarbeit mit ihren Mitschülerinnen und Mitschülern erfolgreich bewältigen können?

...

**Schwerpunkt: Routinehandlungen**

Erkennen von Unsicherheit induzierenden Unterrichtssituationen, Reflektieren eigener Unterrichtsdurchführung (Routinen in Frage stellen)

Fragestellungen für die Lehrkraft:

Welche Anforderungen beinhalten die von mir an meine Schülerinnen und Schüler gerichteten Arbeitsaufträge im Unterricht? Sind meine Schülerinnen und Schüler mit ihren heterogenen Voraussetzungen z. B. einem komplexen Sportspiel gewachsen? Wie „fordere“ ich meine „Experten“ (die sportstarken Schüler) in Unterrichtsphasen, in denen sie tendenziell unterfordert sind?

Was muss erarbeitet/geübt werden, um die steigenden Anforderungen bewältigen zu können?

... für die Unterrichtsdurchführung

Methodische Inszenierung der Eigenreflexion (z. B. Selbsteinschätzungsbögen zur Risikowahl) nach dem Dreischritt „Aufsuchen – Aushalten – Auflösen“

Fragestellungen für die Lehrkraft:

Wie verschaffe ich meinen Schülerinnen und Schülern Möglichkeiten, ihren jeweiligen Umgang mit Wagnissen selbst zu reflektieren?...

Methodisches Handeln stärker individualisieren und an den Ressourcen der Schülerinnen und Schüler orientieren. Unterrichtsarrangements stärker an den konditionellen und koordinativen Anforderungen orientieren. Schülerinnen und Schüler stärker in die „Sicherheitsarbeit“ integrieren.

Fragestellungen für die Lehrkraft:

Welche Anforderungen stellen die von mir inszenierten Unterrichtssituationen? Welche Vorerfahrungen und welches Vorwissen bestehen, um die jeweilige Unterrichtssituation sicher zu bewältigen? Wie schaffe ich es, dass meine Schülerinnen und Schüler auch die Unversehrtheit ihrer Mitschülerinnen und Mitschüler als bedeutsam für ihr Handeln wahrnehmen?

... zur aktiven und reflexiven Mitarbeit

**„Mit Bewegungsrisiken umgehen können“ – Anforderungen an die Schülerinnen und Schüler**

**Schwerpunkt: Wagnissituationen**

Verantwortungsübernahme für sich und andere in Wagnissituationen  
Eigenreflexive Anteile

Fragestellungen für die Schülerinnen und Schüler:

- Wage ich es?
- Warum wage ich es, warum nicht?
- Woran muss ich arbeiten und wie muss ich üben, um es zu wagen?
- Welche Hilfe benötige ich, um etwas zu wagen?
- Wem kann ich wie helfen, damit er bzw. sie etwas wagen kann?

**Schwerpunkt: Routinehandlungen**

Verantwortung übernehmen für die eigene und die Sicherheit der Mitschüler  
Reflexion der eigenen Motive in schulsportlichen Handlungssituationen

Fragestellungen für die Schülerinnen und Schüler:

- Mit welchen Motiven beteilige ich mich?
- Ist mir der Erfolg wichtiger als ein faires Umgehen mit den Gegenspielern?
- Wie kann ich mit meinen Mitschülerinnen und Mitschülern im Sportunterricht so agieren, dass sich niemand verletzt?

...



pluspunkt 2/2011

Foto: Fotolia\_marte@klickit



Foto: Fotolia\_Christian Schwiier



# Aktionen zur bewegungsfördernden Schule

**Bewegung hat einen entscheidenden Einfluss auf die körperliche, kognitive, soziale und emotionale Entwicklung von Kindern und Jugendlichen. Sie beugt aggressivem Verhalten vor, erhöht die Aufmerksamkeit im Unterricht und verbessert die Lernleistungen. Aus diesem Grund bieten Unfallkassen, Initiativen und Stiftungen vielseitige Aktionen zum Thema „Mehr Bewegung in den Schulen“ an. Exemplarisch werden im Folgenden fünf Projekte vorgestellt.**

## „Schulentwicklungspreis Gute gesunde Schule“

Der „Schulentwicklungspreis Gute gesunde Schule“ ist eine Initiative der Unfallkasse Nordrhein-Westfalen (UK NRW). Teilnehmen können alle Schulen in Nordrhein-Westfalen, die Bewegung in ihren Schulalltag integriert haben oder integrieren wollen. Der Preis wird immer für ein Schuljahr ausgeschrieben. Ziel ist es, das Wohlbefinden sowie die Gesundheit der Lehrenden und Lernenden zu fördern. Gute gesunde Schulen erfüllen so nicht nur die gesetzlich vorgeschriebenen Anforderungen, zum Beispiel Bestellung von Sicherheitsbeauftragten und Gefährdungsbeurteilungen für Lehrere Arbeitsplätze, sondern berücksichtigen Prävention und Gesundheitsförderung bei der Schul- und Qualitätsentwicklung.

Ausgezeichnete Schulen werden mit bis zu 12 000 Euro gefördert. Außerdem werden die Konzepte dieser Schulen im Internet vorgestellt und dienen anderen Schulen als Ideenquelle.

[www.schulentwicklungspreis.de](http://www.schulentwicklungspreis.de) oder [www.unfallkasse-nrw.de](http://www.unfallkasse-nrw.de)

## Zertifikat „Bewegte und sichere Schule“

Das Projekt „Bewegte und sichere Schule“ ist ein Zertifizierungsprogramm, das mit Unterstützung des Sächsischen Ministeriums für Kultus und Sport im Jahr 2006 ins Leben gerufen wurde. An dem Programm können alle Schulen – Grund-, Mittel-, Förderschulen und Gymnasien im Freistaat Sachsen – unabhän-

gig von ihrer Trägerschaft teilnehmen. In Zusammenarbeit mit der Sportwissenschaftlichen Fakultät der Universität Leipzig gibt die Unfallkasse Lehrkräften praktische Anregungen, wie sie den Unterricht bewegter und sicherer gestalten können. Ziel ist es, Bewegung und Sicherheit nachhaltig in das pädagogische Konzept der Schulen zu integrieren. Dafür erhält jede Schule in der Zertifizierungsphase persönliche Betreuer, die zu Fragen der Sicherheit und Bewegungsförderung beraten. Nach Ablauf des Jahres entscheiden die Projektpartner über die Zertifizierung.

Ansprechpartnerin: Carolin Langer,  
Tel.: (03521) 724-313,  
E-Mail: [langer@unfallkassesachsen.com](mailto:langer@unfallkassesachsen.com)  
[www.unfallkassesachsen.de](http://www.unfallkassesachsen.de)



Foto: Fotolia\_Helmirich



Foto: Fotolia\_Christian Schwier

## „Toben macht schlau“

Die Unfallkasse Baden-Württemberg verweist auf Projekte, die Anregungen zur Bewegungsförderung in der Schule geben. Zum einen zeigen eine Initiative des Ministeriums und die Stiftung „Sport in der Schule“, wie Sport zur Gewaltprävention in Schulen eingesetzt werden kann. Zum anderen unterstützt die Baden-Badener Sportstiftung Kurt Henn Grundschulen mit einem Fitnessfest für Erstklässler.

„**Sport macht Freunde**“ ist eine Initiative des Ministeriums für Kultus, Jugend und Sport, die gemeinsam mit der Stiftung „Sport in der Schule“ Aktionen gegen Gewalt und Extremismus unterstützt. Betreut wird sie durch das Landesinstitut für Schulsport, Schulkunst und Schulumusik. An dieser Aktion sind bekannte baden-württembergische Sportlerinnen und Sportler beteiligt. Besondere Berücksichtigung und Förderung erhalten Maßnahmen, die über den Veranstaltungscharakter hinaus wirken, indem Schulen die Veranstaltung zum Anlass nehmen, für sich ein „Programm“ im Sinne der Gewaltprävention zu entwickeln und/oder mit außerschulischen Partnern zusammenwirken.

[www.schulsport-in-bw.de/sportmacht-freunde.html](http://www.schulsport-in-bw.de/sportmacht-freunde.html)

„**Toben macht schlau**“ ist ein Förderprogramm für Erstklässler und wurde im Jahr 2006 von der Baden-Badener Sportstif-

tung Kurt Henn ins Leben gerufen. Seither werden jährlich in der Sportschule in Steinbach Schülerinnen und Schüler aus dem Raum Baden-Baden und Sinzheim spielerisch auf ihre körperliche Leistungs- und Koordinationsfähigkeit getestet. So können gezielt Defizite der Kinder entdeckt und mit dem neunmonatigen Förderprogramm verringert werden. Einmal wöchentlich treffen sich die Mitarbeiter der Stiftung mit den Kindern zu den „Spiel, Sport und Spaßstunden“. Finanziell unterstützt wird die Sportstiftung von der Stiftung „Sport in der Schule“.

Ansprechpartnerin: Monika Wagner-Kutinova (Landesinstitut für Schulsport Ludwigsburg), E-Mail: [Monika.Wagner-Kutinova@lis.kv.bwl.de](mailto:Monika.Wagner-Kutinova@lis.kv.bwl.de)  
[www.tobenmachtschlau.de](http://www.tobenmachtschlau.de)

## „Fit durch die Schule“

„Fit durch die Schule“ ist ein Projekt der Behörde für Schule und Berufsbildung (BSB) und der Allgemeinen Ortskrankenkasse (AOK) Rheinland/Hamburg. Bewerben können sich alle Hamburger Schulen – unabhängig von den Ausgangsbedingungen und dem derzeitigen Stand der Bewegungsangebote an der Schule. Auf Basis einer Analyse werden weitere bewegungsfördernde sowie sportliche Maßnahmen entwickelt und in einem Konzept verankert. Das Gesamtprojekt möchte mit Spaß allen Kindern und Jugendlichen sportliche Aktivitäten außerhalb

des Unterrichts ermöglichen, sowohl den bewegungsfreudigen Schülerinnen und Schülern als auch denjenigen, die noch keinen Zugang zu regelmäßiger Bewegung gefunden haben. Ein Fachgremium mit Vertretern der AOK, der Wissenschaft, des organisierten Sports und der BSB wählt die teilnehmenden Schulen aus. Insgesamt 32 Schulen werden nach zwei Ausschreibungsrunden im Zeitraum vom 1. Februar 2010 bis zum 31. Januar 2012 bei der Umsetzung finanziell unterstützt und von der Uni Hamburg begleitet. Ausgewählte Aktivitäten von Schulen außerhalb des Schulsportunterrichts werden mit einem Betrag von bis zu 5000 Euro gefördert.

Ansprechpartner: Andreas Brannasch, Tel.: (040) 2023 4936 (AOK Rheinland/Hamburg)  
Judith Kanders, Tel.: (040) 428 842 336 (Landesinstitut für Lehrerbildung und Schulentwicklung (LI))  
[www.schulsport-hamburg.de/Projekte](http://www.schulsport-hamburg.de/Projekte)

# DGUV **Lernen und Gesundheit**

Das Schulportal der Deutschen Gesetzlichen Unfallversicherung



[www.dguv.de/lug](http://www.dguv.de/lug)

**Kostenlose, sofort einsetzbare  
Unterrichtsmaterialien**

**Klicken Sie  
mal rein**



**Primar | SekI | SekII | Berufsschulen**

**Bildschirmarbeit** **Stress** **Verkehrserziehung**

Gesunde Ernährung

Soziale Netzwerke

**Gefahrstoffe**

**Hautschutz** **Berufsbedingte Allergien** **Gewaltprävention** **Freizeitlärm**

Mitgänger-Flurförderzeuge

**Schichtarbeit**

Medikamentenmissbrauch



Foto: FotoliaComp

# Lust auf eine Bootsfahrt?!

Mittlerweile bieten viele Bundesländer Kanusport in Schulen an. Durch die Integration von Wassersport in den Kanon der Schulsportarten lassen sich unter anderem interessante Unterrichtseinheiten oder spannende Klassenreisen durchführen. Wanderfahrten im Kanu, Kajak und Ruderboot sind pädagogisch sinnvoll und bei Schülern und Schülerinnen wie auch Lehrkräften beliebt. Egal auf welchem Gewässer man sich befindet: Wassersportarten fördern intensive und nachhaltige Bewegungserfahrungen. Gefragt sind Kraft, Geschicklichkeit und koordinative Fähigkeiten.

Je nach Gewässerbedingungen gibt es dabei verschiedene Sicherheitsaspekte zu berücksichtigen, um von Lehrkräften und/oder Schülern verursachte Gefahrensituationen weitgehend auszuschließen. Denn Fakt ist, dass es bei derartigen Wassersportaktivitäten immer wieder auch zu unvorhergesehenen und daher gefährlichen Situationen kommen kann. Das heißt, dass für derartige Bootsfahrten unabhängig von den persönlichen Motiven oder Zielsetzungen bestimmte Kenntnisse und Fähigkeiten der teilnehmenden Lehrkräfte und Schüler erforderlich sind. Besonders wichtig ist die ausreichende Kenntnis des Fahrtenleiters in Bezug auf das zu befahrende Gewässer

und eine entsprechende eigene motorische Handlungskompetenz. Als ausgesprochen hilfreich bei der Vorbereitung solcher Bootsfahrten hat sich die Benutzung einer Checkliste erwiesen. Mit ihr kann für wesentliche Aspekte, die im Vorfeld und während einer Klassenfahrt mit Booten zu beachten sind, sensibilisiert werden.

Die Qualifikation für den Unterricht im Ruder- und Kanusport ist jeweils auf Länderebene geregelt. Diese Regelungen müssen unbedingt beachtet werden. Neben entsprechenden Kursen während des Hochschulstudiums bestehen je nach Bundesland für Lehrkräfte zusätzliche Fortbildungsmöglichkeiten mit unterschiedlichen Schwerpunkten. Darüber hinaus muss im Allgemeinen für die Durchführung einer solchen Klassenfahrt per Boot das Einverständnis des Schulleiters/der Schulleiterin vorliegen. Auskunft über Fahrtengebiete für Flüsse, Seen und Großgewässer geben die Flusswanderführer des Deutschen Kanu-Verbands. Praktische Tipps, wichtige Verkehrsvorschriften und Schifffahrtszeichen sind unter anderem auch in einer Broschüre des Bundesministeriums für Verkehr „Sicherheit auf dem Wasser – Leitfaden für Wassersportler“ zusammengefasst.



Eine attraktive Möglichkeit, Kanusportaktivitäten praxisnah und intensiv mit Schülerinnen und Schülern vor- und nachzubereiten, bietet sich mit der interaktiven CD-ROM „Fit in allen Booten“. Mittels multimedialem Lernen, fertigen Arbeitsbögen, Checklisten und Tests hilft sie beim Einstieg in eine interessante sportliche Aktivität und bei der Komplettierung erforderlicher Fertigkeiten. Die CD (Bestellnummer: GUV 77.70) kann bei Ihrer Unfallkasse beziehungsweise Ihrem Gemeindeunfallversicherungsverband bezogen werden. Die Adressen finden Sie im Internet unter [www.dguv.de](http://www.dguv.de).

Eine Checkliste auf der Basis der CD-ROM „Fit in allen Booten“ findet sich im Internet unter [www.dguv-lug.de](http://www.dguv-lug.de) bei der aktuellen Ausgabe von DGUV pluspunkt.

# „Wer sich bewegt, muss auch zur Ruhe kommen können“

In der Tannenbergschule Seeheim haben die Grundschul Kinder die Möglichkeit, während der Bewegungspause im Ruheraum eine Auszeit zu nehmen: Dort können sie malen, schmökern – oder auch einfach mal gar nichts tun. DGUV *pluspunkt* sprach mit der betreuenden Sozialpädagogin Sabine Kraft über ihre Erfahrungen mit den Kindern.

## Was veranlasste Sie zur Einrichtung des Ruheraums?

Während meiner Tätigkeit als Sozialpädagogin beobachte ich immer wieder, dass viele Kinder neben ihren schulischen Aufgaben mit weiteren Angeboten an den Nachmittagen überfrachtet sind. Häufig sind sie so verplant, dass sie kaum noch Nischen finden, um Erlebtes zu verarbeiten oder einfach mal zu entspannen. Einige der Kinder haben mich sogar direkt auf Rückzugsmöglichkeiten angesprochen: Manchen war es in den Pausen zu laut, andere wollten gerne lesen. Natürlich ist es für Kinder wichtig, dass sie ihren Bewegungsdrang ausleben können, aber genauso wichtig ist es für sie, zur Ruhe zu kommen. Uns war es also ein Anliegen, den Kindern neben den Bewegungspausen auch Entspannungsmöglichkeiten anzubieten.

## Wer war an der Entwicklung des Konzepts beteiligt und inwiefern gehört der Ruheraum zum Konzept der Schule?

Die Tannenbergschule hat 2007 an dem Schulentwicklungsprojekt „Musikalische Grundschule“ teilgenommen, das von der Bertelsmann Stiftung initiiert wurde. Unser Grundgedanke war, den Schulkindern im Rahmen der Musikalischen Grundschule einen „Raum“ zur Meditation und für Klangerfahrungen zu schaffen. Dieser wurde aktiv während des Unterrichts genutzt. Engagierte Eltern haben uns anfänglich unterstützt und ihre Erfahrungen zu Meditation sowie Entspannung mit Klangschalen eingebracht. Dabei ist uns auch die Idee gekommen, den Kindern diesen Raum

während der Pausen als Rückzugsmöglichkeit anzubieten. Denn zu unserem Schulkonzept gehört auch die Bewegungsförderung. Im Jahr 2007 sind wir mit dem Gütesiegel „Bewegte Schule“ zertifiziert worden. Und wer sich bewegt, muss sich selbstverständlich auch ausruhen können.

## Gibt es demnach feste Zeiten, in denen der Ruheraum genutzt wird?

Das Angebot „Ruheraum in der Pause“ besteht seit dem Schuljahr 2007/08. Dort können die Kinder alternativ zur Bewegungspause eine Auszeit nehmen und sich entspannen. Nach einem kurzen Probelauf hat mich eine Kollegin bei der Umsetzung unterstützt. Momentan kann der Ruheraum immer dienstags bis freitags in der ersten Pause von den Kindern

aller Altersstufen aufgesucht werden – die Pause dauert 20 Minuten. Ansonsten sind wir darauf angewiesen, den Raum als Unterrichtsraum zu nutzen.

## Wie nehmen die Kinder den Ruheraum an?

Das Angebot wird von den Kindern sehr gut angenommen. Während der Anfangsphase habe ich die Zahl der Kinder auf zehn beschränkt, um eine ruhige Atmosphäre zu wahren. Doch ich merkte schon bald, dass das nicht nötig war, denn der Ruheraum wird nur von den Kindern genutzt, die wirklich Ruhe suchen. So sind zeitweise bis zu 20 Kinder im Ruheraum. An die Äußerung eines Viertklässlers erinnere ich mich gerne. Der Junge sagte zu mir: „Das war richtig gut hier, jetzt fühle ich mich fit und kann ganz entspannt meinen Vortrag über Dinosaurier halten.“ Das bestätigt mich darin, dass wir unser Angebot ausbauen müssen.

## Das Angebot reicht also nach Ihrer Erfahrung nicht aus?

20 Minuten sind immer schnell vorbei. Die Nachfrage bei den Kindern ist auf jeden Fall da. Darauf würden wir gern mit einem erweiterten Angebot reagieren – nur fehlt uns dafür momentan leider ein weiterer Raum. Das Bisherige stellt nur eine Übergangslösung dar: Im Sommer dieses Jahres wird unsere Schule saniert. Dabei ist auch ein separater Raum eingeplant. Dann haben wir auch die Möglichkeit, das Angebot auf den Nachmittag zu erweitern und zusätzlich Entspannungsübungen wie Kinderyoga anzubieten oder



Sabine Kraft betreut als Sozialpädagogin das Ruheraum-Projekt an der Tannenbergschule in Seeheim.



Während der großen Pause entspannen sich die Schülerinnen und Schüler der Tannbergsschule im Ruheraum beim Lesen und Schmökern.

den Raum sogar für die Lehrkräfte nutzbar zu machen.

#### Wird Ihr Engagement unterstützt?

Das Konzept wird vom gesamten Kollegium getragen. Alle sind davon überzeugt, dass ein weiterer Raum zum Entspannen für die Kinder sehr wichtig ist. Darüber hinaus hat uns schon von Anfang an unser Förderverein unterstützt. Über ihn bekamen wir Sitzsäcke, Faltmattmatratzen und Decken.

#### Was gehört noch zu den Besonderheiten des Ruheraums?

Wichtig war uns, eine angenehme Atmosphäre zu schaffen. Die Vorhänge sind in warmen Farben. So können wir die Fenster leicht abdunkeln. Neben den Sitzkissen, Matratzen und Decken haben wir auch eine kleine Tischgruppe, wo die Kinder basteln und malen können. In einem Regal gibt es eine Auswahl an Büchern – aber meistens bringen die Kinder ihre eigenen Bücher mit. Außer-

dem haben wir Igelbälle, womit sich die Kinder hin und wieder massieren. Meistens lasse ich auch beruhigende Musik im Hintergrund laufen. Je nach Wunsch der Kinder.

Mit Sabine Kraft sprach DGUV pluspunkt-Redakteurin Diane Zachen.

Tannbergsschule Seeheim im Internet: [www.tannbergsschule.de](http://www.tannbergsschule.de)

# Velofit – Grundlagen für die Radfahr

**Der Erfolg bei der Radfahrausbildung ist keine Selbstverständlichkeit mehr! Mangelnde motorische Kompetenzen lassen bei einer wachsenden Zahl von Viertklässlern eine praxisnahe Vorbereitung auf die Teilnahme am Straßenverkehr kaum noch zu. Ein neues Angebot der Verkehrswacht stellt schon in den Klassen 1 bis 3 die Weichen für erfolgreiches Radfahren: Velofit. Velofit ist Screening und motorisches Förderangebot in einem und lässt sich ohne großen Aufwand in den Sportunterricht integrieren.**

In DGUV pluspunkt wurde bereits wiederholt auf die Folgen von Bewegungsmangel hingewiesen. Auch die Schwierigkeiten vieler Kinder bei der Fahrradbeherrschung zählen dazu. Bei einer bundesweiten Befragung der Verkehrserzieher der Polizei im Jahr 2009 gaben 55 Prozent der Befragten an, dass sich durch unzureichende motorische Fertigkeiten der Kinder größere oder sogar erhebliche Probleme bei der Radfahrausbildung ergäben. Genannt wurden Probleme mit Reaktion, Gleichgewicht und

Dabei ist es gar nicht schwierig, durch frühzeitiges spielerisches Üben effektiv gegenzusteuern. Dazu hat das Verkehrswacht Medien & Service-Center der Deutschen Verkehrswacht ein neues Angebot für die Grundschule entwickelt: Velofit legt ab dem ersten Schuljahr die Grundlagen für eine erfolgreiche Radfahrausbildung. Es wendet sich an Klassen-, Sachkunde- und Sportlehrkräfte in den Klassen 1 bis 3.

## Screening – Eine Bestandsaufnahme

Ausgangspunkt ist ein leicht zu handhabendes Screening mit 21 einfachen Übungen, eingeteilt in sieben Bereiche: Grobmotorik, Feinmotorik, Körperbewusstsein, visuelle, akustische und taktil-kinästhetische Sinnesfunktionen sowie Flexibilität. Das Verfahren wurde von Krista Mertens gemeinsam mit Jörg Reichert an der Humboldt-Universität Berlin zur Einschätzung der motorischen Sicherheit 5- bis 7-jähriger Kinder entwickelt und an Berliner Grundschulen wissenschaftlich getestet. Gefördert wurde die Entwicklung vom Gesamtverband der Deutschen Versicherungswirtschaft e. V. (GDV). Das Screening erlaubt Lehrkräften rasch und präzise, den motorischen Leistungsstand ihrer Erstklässler

zu messen und festzustellen, ob ein Kind seinem Alter entsprechend motorisch sicher ist oder Förderbedarf hat. Sämtliche für das Screening benötigte Materialien sind in einer Tasche zusammengestellt.

## Eine Tasche voll Bewegung – Velofit-Handbuch und Velofit-Materialien

Aufbauend auf die Ergebnisse des Screenings können die Lehrkräfte, die Schüler und Schülerinnen zielgerichtet fördern und schrittweise fit machen fürs Radfahren. Der Velofit-Bag bietet alles dazu Notwendige: Ein Handbuch und vielseitig einsetzbare, praxiserprobte Materialien. Das 100-seitige Velofit-Handbuch enthält neben der Beschreibung des Screenings Anregungen und Übungen für eine systematische Förderung über mehrere Schuljahre – in der Turnhalle, in der Klasse, auf dem Schulhof. Die Angebote reichen von allgemeinen motorischen Spielen und Aufgaben mit dem Velofit-Material über Übungen mit diversen Rollgeräten bis zu Fahrübungen auf einem Radfahrparcours. Der spielerische Charakter erlaubt, die Schüler mit Spaß und Freude an die Bereiche heranzuführen, in denen sie noch Förderbedarf haben.

Die Schwerpunkte im Überblick:

- Screening für Erstklässler mit Auswertungsbogen (Klasse 1)
- Einfache Bewegungsspiele mit Velofit-Materialien (Klasse 1–2)
- Bewegungstraining mit Rollgeräten (Klasse 2–3)
- Radfahrübungen auf einem Parcours (Klasse 2–3)



Fotos: Deutsche Verkehrswacht/VMS

sicherer Wahrnehmung. Rückmeldungen von Lehrkräften fallen ähnlich aus. Wer aber zu Beginn der 4. Klasse einfache Aufgaben wie geradeaus fahren, Spur halten, sich umsehen oder einhändig fahren nicht beherrscht, kann an Übungen im Straßenverkehr nicht teilnehmen. Kurzfristige Abhilfe ist illusorisch.



# ausbildung in den Klassen 1 bis 3



**Nur bewegungssichere Kinder finden sich beim Radfahren auch im Straßenverkehr zurecht.**

Sämtliche Übungen sind unkompliziert und einfach gehalten. Der modulare Aufbau von Velofit erlaubt, die Teile nacheinander, aber auch einzeln aufzugreifen. Zu jedem Modul ist ein Abschluss-test beziehungsweise eine Selbsteinschätzung der Kinder vorgesehen.

## Synergien nutzen!

So weit, so gut. Doch wann, so eine oft gestellte Frage aus dem Schulalltag, soll ich das bitte noch machen? Velofit erfordert keine zusätzlichen Stunden! Angesichts der engen Zeitfenster in

der Grundschule wurde es bewusst so konzipiert, dass es sich neben der Verkehrserziehung auch problemlos und ohne viel Aufwand in den Sportunterricht integrieren lässt. Bundesweit geben die Rahmenvorgaben der Länder für den Schulsport den Bereich „Rollen – Gleiten – Fahren“ vor. Es eignet sich optimal, gemeinsame Anliegen des Schulsports und der Verkehrserziehung/Mobilitätsbildung zu bündeln und umzusetzen. Weitere positive Effekte: Die Bewegung beeinflusst das Sozialklima in der Klasse positiv und fördert die Konzentration der Schüler.

Eine solche Förderung, schrittweise über mehrere Jahre in den Sportunterricht integriert, legt die Grundlagen, die Kinder für die Radfahrausbildung und eine eigenständige und sichere Verkehrsteilnahme am Ende der Grundschulzeit brauchen. Denn nur bewegungssichere Schüler können sich beim Radfahren auf den Verkehr konzentrieren.

Weitere Informationen, auch über Bezugsbedingungen und Kosten des Velofit-Handbuchs sowie der Velofit-Materialien, finden Sie unter [www.verkehrswacht-medien-service.de/velofit.html](http://www.verkehrswacht-medien-service.de/velofit.html).

## AUTOR



**Josef Weiß**  
ist Redaktionsleiter der Verkehrswacht Medien & Service Center GmbH der Deutschen Verkehrswacht, Bonn.

## Inhalt des Velofit-Bags

- 1 Velofit-Handbuch
- 1 Overball
- 6 Springseile
- 2 Mini-Schwungtücher
- 8 Schaumstoff-Frisbees
- 1 Super-Softball
- 2 Kooshbälle
- 4 x 70 Hüpfzeichen
- 4 Spielesäckchen
- 2 Schaumstoffwürfel
- 1 Glockenball
- 2 Klangstäbe
- 1 Fahrradklingel
- 4 Augenbinden



# HAND AUFS HERZ

Für den 04. Juli 2011 laden die Unfallkasse Freie Hansestadt Bremen und ihre Kooperationspartner zum sechsten Mal zum Wettbewerb „Hand aufs Herz“ in die Bremen Arena. Dann dürfen bis zu 180 Schüler-Teams aus Bremen und Niedersachsen ihr Erste-Hilfe-Wissen unter Beweis stellen. Eingeteilt in die Kategorien „Erste-Hilfe-Anfänger“, „Schulsanitäter“ und „Jugendfeuerwehren“ erfahren die Schülerinnen und Schüler aus den Klassenstufen 5 bis 10 in nachgestellten Notfall-Situationen, wie wichtig es ist, schnell zu reagieren und die richtigen Erste-Hilfe-Maßnahmen einzuleiten. Eine Jury aus Fachleuten bewertet alle Teams und zeichnet die drei besten Teams jeder Kategorie aus. Den Siegern winken attraktive Preise, zum Beispiel in Form von Eintrittskarten und Gutscheinen für gemeinsame Klassenausflüge. Abgerundet wird die Veranstaltung durch ein abwechslungsreiches Rahmenprogramm. Weitere Informationen zum Wettbewerb unter: [www.handaufsherz.net](http://www.handaufsherz.net).

UK Bremen

## Willi Weitzel hat's geschnallt

Die Allianz Deutschland AG hat in Zusammenarbeit mit dem Deutschen Verkehrssicherheitsrat (DVR) und dem Automobilclub von Deutschland (AvD) den Film „Willi Weitzel hat's geschnallt“ produziert. Zielgruppe sind Kinder zwischen 6 und 12 Jahren sowie Eltern. Mit dem Film sollen die Kinder direkt angesprochen und ihnen gezeigt werden, wie wichtig das richtige Anschnallen ist. Denn nur in Verbindung mit einem altersgerechten Kindersitz und dem richtigen Gurtverlauf wird der Sicherheitsgurt zum Lebensretter Nummer Eins.

Der Film kann auf DVD kostenfrei von allen deutschen Schulen bei ihren Unfallversicherungsträgern bezogen werden. Außerdem steht er im Internet allen Interessierten auch zum Download zur Verfügung: [www.m4-tv.com/willi\\_weitzel.html](http://www.m4-tv.com/willi_weitzel.html).

red



## Schulen ans Wasser 2011

Unter diesem Motto ruft das Umweltministerium Kinder und Jugendliche in Nordrhein-Westfalen dazu auf, Projekte rund um den Lebensraum Bach und Fluss zu entwickeln. Gewässer als Lebensadern für Menschen, Tiere und Pflanzen seien ein schützenswerter Lebensraum. Mit dem Wettbewerb „Schulen ans Wasser“ sollen junge Menschen wieder näher an die Natur sowie die Bach- und Flusslandschaften herangeführt und das Bewusstsein für intakte Naturräume gestärkt werden.

Neben Schülerinnen und Schülern von Klasse 5 bis 10 aller Schulformen können sich auch außerschulische Gruppen beteiligen. Einsendeschluss ist der 30. Mai 2011. Zu gewinnen gibt es für den Erstplatzierten 1000 Euro Preisgeld. Die Platzierungen zwei bis fünf dürfen sich über Tagesausflüge und Sachpreise freuen.

Alle Informationen zum Wettbewerb sind zu finden unter: [www.schulen-ans-wasser.de](http://www.schulen-ans-wasser.de).

UK NRW

## „Betriebliche Suchtprävention macht Schule“

Alkohol, Nikotin und andere legale wie illegale Suchtmittel sind in erwünschter wie unerwünschter Weise Bestandteil unserer Kultur. Die „drogenfreie“ Schule gibt es nicht, aber die Risiken können gesenkt werden – durch bewährte Konzepte zur Vorbeugung und Intervention. Eine Konsumentengruppe von Suchtmitteln bleibt dabei meist ausgeblendet: Die Lehrerinnen und Lehrer. Schulen



sind zwar kein „Betrieb wie jeder andere“ – doch gerade im Mitarbeiterbereich sind Erfahrungen aus anderen Betrieben übertragbar. Betriebliche Programme zur Suchtprävention und Gesundheitsförderung sind heute ein Standard moderner Personalführung.

Mit der Broschüre „Betriebliche Suchtprävention macht Schule“ möchten die Herausgeber dazu anregen, Erfahrungen aus dem Berliner Schulprojekt „Punktnüchternheit“ der Unfallkasse Berlin für einen ganzheitlichen Ansatz in Schulen nutzbar zu machen. Dabei sollen vor allem Schulleitungen und Lehrerkollegien auf umsetzbare organisationsbezogene Strategien in dem schwierigen Feld der schulischen Suchtprävention aufmerksam gemacht werden.

Weitere Informationen unter [www.unfallkasse-berlin.de](http://www.unfallkasse-berlin.de), Webcode 10431. Dort wird auch ein kostenloser Download der Broschüre angeboten.

red

## GDA-Schulen präsentiert Programminhalte

Vertreter der Unfallversicherungsträger, der Sozial- und der Kultusministerien aus allen Bundesländern trafen sich Anfang des Jahres in Erfurt, um dort als Träger der Gemeinsamen Deutschen Arbeitsschutzstrategie (GDA) die einzelnen Module des Projekts „Sensibilisierung

für Sicherheit und Gesundheitsschutz in Schulen“ (GDA-Schulen) vorzustellen. Diese Module sind einzeln, aber auch in Kombination anwendbar. Kurz- und mittelfristig soll ihre Anwendung dazu beitragen, die Lehr- und Lernbedingungen sowohl der Schülerinnen und Schüler an allgemeinbildenden und berufsbildenden Schulen als auch der Lehrkräfte positiv zu beeinflussen. Vermittelt werden soll auf diese Weise eine Präventionskultur an Schulen. Die Gute gesunde Schule ist ein Weg dorthin.

Ebenfalls nur auf diesem Weg der Sensibilisierung – durch eine verbesserte Selbstkompetenz von jungen Berufseinsteigern in Sachen Arbeitssicherheit und Gesundheitsschutz – kann perspektivisch die Zahl der Arbeitsunfälle deutlich gesenkt werden. Die erwarteten Erfolge des Programms werden sich allerdings nur dann einstellen, wenn es in den einzelnen Bundesländern gelingt, nachhaltige Strukturen aufzubauen.

Alle Informationen stehen unter [www.gda-schulen.de](http://www.gda-schulen.de) zur Verfügung. *red*



## Schulwegtraining vor Schulanfang

Natürlich sind die Eltern der Schulanfänger verantwortlich für das Verhalten ihrer Kinder auf dem Schulweg. Das bedeutet aber noch nicht, dass alle Schulanfänger sich deshalb im alltäglichen Straßenverkehr zurechtfinden. Damit die künftigen Schulkinder tatsächlich vom ersten Schultag an mit ihrem Schulweg vertraut sind, unterstützen die Landesverkehrswacht Hessen e. V. und die Unfallkasse Hessen mit dem Programm „Immer sicher unter-

wegs“ und Mitarbeitern die KiTas und die Eltern bei diesem Schulwegtraining. So lernen die Kinder ihren Schulweg beizeiten kennen und mit den dort vorhandenen speziellen Situationen umzugehen. Die Eltern erfahren beim Üben Stärken und Schwächen ihrer Kinder und erkennen dabei auch die Bedeutung ihres eigenen Verhaltens als Vorbild. Die Schulen werden zum Schulanfang nachhaltig entlastet und können sich der Weiterentwicklung der kindlichen Mobilität mit Nutzung von Bus und Bahn sowie ergänzender Angebote wie zum Beispiel den „Geh zu Fuß zur Schule“-Tag, „Walking bus“ etc. annehmen. Auch deshalb macht es Sinn, wenn jede Grundschule auf eine gute Zusammenarbeit mit den KiTas in ihrer Umgebung großen Wert legt. *red*

## Onlineportal: Weitere Unterrichtseinheiten auf DGUV Lernen und Gesundheit

Im DGUV-Internetportal „Lernen und Gesundheit“ sind seit Jahresbeginn zu den bereits vorhandenen Unterrichtseinheiten weitere neu hinzugekommen. Die Unterrichtseinheiten „Mitgängerflurförderzeuge“, „Bildschirmarbeitsplatz“, „Gesunde Ernährung“ und „Gewaltprävention“ können unter [www.dguv.de/lug](http://www.dguv.de/lug) > Berufsbildende Schulen heruntergeladen werden. Ebenfalls neu zum Download bereit stehen seither die Unterrichtseinheiten „Gesunde Ernährung“ (> Primarstufe), „Freizeitlärm“, „Motivation im Sportunterricht“ (> Sekundarstufe I) und „Medienkompetenz“ (> Sekundarstufe II).

Alle Unterrichtseinheiten folgen einem strukturellen Prinzip, das sich aus fünf Rubriken zusammensetzt: Kompetenzen, didaktisch-methodischer Kommentar, Hintergrundinformationen, Lehrmaterialien und Fachmedien. Die Lehrkräfte können sich je nach Bedarf Arbeitsmaterialien und Ideen zur didaktischen Aufbereitung herunterladen. Außerdem finden Lehrer und Lehrerinnen weiterführende Links und Literatur, aber auch Checklisten, Quiz und Filme. *red*



## Schulische Gewaltprävention

Dieser Flyer soll Schulleitungen, Steuergruppen und pädagogischem Personal als Hilfestellung dienen, die Qualität von Angeboten externer Institutionen, Vereinen, Trägern und Projekten im Bereich der schulischen Gewaltprävention, des Konfliktmanagements und des sozialen Lernens angemessen einschätzen zu können. Er unterstützt Schulen darin, aus der Vielzahl der Angebote individuell passende und qualitativ angemessene Ansätze auswählen zu können. In der umfangreichen Checkliste sind die Faktoren aufgeführt, die bei der Beurteilung und Auswahl entsprechender Präventionsangebote von Schulen eine wichtige Rolle spielen. Sie dient den Entscheidungsträgern an Schulen als Übersicht und Leitfaden für die qualitative Einstufung dieser Angebote.

Der Flyer kann im Internet unter [www.unfallkasse-nrw.de](http://www.unfallkasse-nrw.de) als PDF-Datei heruntergeladen oder mit der Nummer FB 09 kostenlos beim Medienversand der Unfallkasse NRW bestellt werden (Tel.: (0211) 2808 221; per E-Mail: [medienversand@unfallkasse-nrw.de](mailto:medienversand@unfallkasse-nrw.de)). *UK NRW*

IMPRESSUM

DGUV *pluspunkt* erscheint vierteljährlich und wird herausgegeben von der Deutschen Gesetzlichen Unfallversicherung (DGUV), Mittelstr. 51, 10117 Berlin  
Internet: www.dguv.de

**Chefredaktion:**

Andreas Baader (verantwortlich),  
DGUV Sankt Augustin  
Tel.: (02241) 231-1206

**Redaktion:**

Paul Misterek, Diane Zachen  
E-Mail: redaktion.pp@universum.de

**Redaktionsbeirat:**

Ulrike Fister, Dipl.-Ing. Hans-Jürgen Förster, Brigitte Glismann, Dipl.-Psych. Petra Haunert, Richard Heinen, Dr. Heinz Hundeloh, Matthias Jaklen, Bodo Köhmstedt, Elmar Lederer, Wolfgang Nikoll, Dr. Christoph Matthias Paridon, Max Schmid, Nil Yurdatap

**Grafische Gestaltung:**

www.grafikdesign-weber.de

**Herstellung:**

Harald Koch, Universum Verlag GmbH

**Marketing und Verkauf:**

Susanne Dauber, Universum Verlag GmbH  
Tel.: (0611) 90 30 -121

**Druck:**

Alpha print medien, Darmstadt

**Produktion und Vertrieb:**

Universum Verlag GmbH  
65175 Wiesbaden, Tel.: (06 11) 90 30-0  
Fax: (06 11) 90 30-281  
Internet: www.universum.de

Vertretungsberechtigte Geschäftsführer:  
Siegfried Pabst und Frank-Ivo Lube;  
die Verlagsanschrift ist zugleich ladungsfähige Anschrift für die im Impressum genannten Verantwortlichen und Vertretungsberechtigten.

**Anzeigen:**

Anne Prautsch, Universum Verlag GmbH  
Tel.: (06 11) 90 30-2 46

Es gilt die Anzeigenpreisliste Nr. 3;  
ISSN 2191-1827

Nachdruck von Texten, Fotos und Grafiken – auch auszugsweise – nur mit schriftlicher Genehmigung des Herausgebers und des Verlags. Das gilt auch für die Aufnahme in elektronische Datenbanken und Mailboxes sowie für die Vervielfältigung auf CD-ROM und die Veröffentlichung im Internet. Für mit Namen oder Initialen gezeichnete Beiträge wird lediglich die allgemeine presserechtliche Verantwortung übernommen. Zusätzliche Exemplare können über den zuständigen Unfallversicherungsträger kostenlos angefordert oder beim Universum Verlag zum Preis von € 1,90 je Exemplar incl. MwSt. zuzüglich Versandkosten bezogen werden.

Ein Teil der Ausgabe enthält einen Beihemer, der vom Bayerischen Gemeindeunfallversicherungsverband, von der Bayerischen Landesunfallkasse und der Unfallkasse München herausgegeben wird.

# Hausaufgabenhilfe in der Schule

## Die gesetzliche Unfallversicherung schützt auch außerhalb der eigentlichen Unterrichtsstunden – aber unter welchen Voraussetzungen ist eine organisierte Hilfestellung bei den Hausaufgaben versichert?

Das Sozialgesetzbuch, Siebtes Buch, bezieht Schüler „während des Besuchs“ von Schulen in den Schutz der Schülerunfallversicherung ein. Nach ständiger Rechtsprechung ist diese Voraussetzung erfüllt, wenn eine Tätigkeit eines Schülers innerhalb des organisatorischen Verantwortungsbereichs der Schule angesiedelt ist. In der Praxis bereitet die Frage, wann beispielsweise eine Hausaufgabenhilfe noch dem organisatorischen Verantwortungsbereich der Schule zuzurechnen ist, erhebliche Schwierigkeiten. In dem hier vorgestellten Fall, in dem es um eine organisierte Hilfestellung bei den Hausaufgaben ging, hatte das Bundessozialgericht (BSG) über folgenden Sachverhalt zu urteilen (Urteil v. 4.12.1991, Az.:2 RU 79/90): Die Verletzte war Schülerin einer Hauptschule. Sie nahm nach dem Vormittagsunterricht, der um 13.05 Uhr endete, an einer sich nachmittags anschließenden Hausaufgabenhilfe des von den Mitgliedern des Elternbeirats gegründeten „Fördervereins der Hauptschule T.“ teil. Die Hausaufgabenhilfe diente der Erledigung der Hausaufgaben und der Beseitigung von Leistungsdefiziten. Am Unfalltag wollte die Schülerin nach Beendigung der Hausaufgabenhilfe, die sich nach dem Schulunterricht von 13:30 Uhr bis 16:30 Uhr anschloss, zu Fuß nach Hause gehen.

In der gesetzlichen Unfallversicherung sind auch Wege zu und von einer schulischen Veranstaltung versichert. Für den Unfallversicherungsschutz kam es nun darauf an, ob es sich bei dem Rückweg, auf dem es zu dem Unfall der Schülerin

gekommen war, um einen Weg von einer noch der Schule zuzurechnenden Hausaufgabenbetreuung gehandelt hatte. Entscheidend war hierbei das Gesamtbild der Veranstaltung unter Berücksichtigung von Aspekten wie der Planung der Veranstaltung, Ankündigung und Durchführung sowie das Beherrschen von organisatorischen Abläufen. Orientiert an diesen Abgrenzungsmaßstäben hat die Rechtsprechung schon Tätigkeiten im organisatorischen Verantwortungsbereich der Schule angenommen, wenn ein Schüler, der die Oberstufe einer allgemeinbildenden Schule besucht, in den von der Schule dafür bereitgestellten sonstigen Räumlichkeiten wie zum Beispiel Arbeitsräume oder Bibliotheksräume Hausaufgaben erledigt. Gleiches gilt bei einem von der Schule getragenen oder von ihr zu verantwortenden und organisierten Ergänzungs- oder Förderunterricht. Andererseits hat auch das BSG eine zwar in den Räumen der Schule nach dem Schulunterricht, jedoch von einer anderen Behörde (z. B. einem ausländischen Konsulat) durchgeführte Hausaufgabenbetreuung als eine außer-

„Entscheidend ist das Gesamtbild der Veranstaltung“



Foto: FotoliaComp

halb des organisatorischen Verantwortungsbereichs der Schule liegende Veranstaltung bewertet.

Das BSG begründete seine im hier vorgestellten Fall getroffene Entscheidung damit, dass die in diesem Einzelfall gewählte Form der Hausaufgabenhilfe im Anschluss an den Schulunterricht durch ihre umfangreiche organisatorische Verknüpfung als Schulveranstaltung einzustufen war. Die Hausaufgabenhilfe diente überwiegend schulischen Zwecken und war unmittelbar organisatorisch mit der Schule verbunden.

Unter Abwägung aller Umstände des Einzelfalls ergab sich hier das objektive Bild, dass die Organisation der Hausaufgabenhilfe in entscheidendem Maße von der Schule getragen wurde und die Schule verantwortlich für die Hausaufgabenhilfe war. Gerade die Beteiligung des Schulleiters beschränkte sich hier nicht lediglich auf eine Hilfestellung:

- So gehörten der Schulleiter sowie ein Delegierter des Lehrerkollegiums dem Vorstand des Fördervereins an.
- Die für die Hausaufgabenhilfe in Betracht kommenden Schüler wurden vom Schulleiter ausgewählt.
- Dieser bestimmte ferner den Schwerpunkt der Hausaufgabenhilfe und legte fest, welche Leistungsde-

fizite jeweils abgebaut werden sollten.

- Die inhaltliche und organisatorische Überwachung der Hausaufgabenhilfe erfolgte entweder durch den Schulleiter oder durch einen von ihm beauftragten Lehrer.
- Auch die Zeiteinteilung und die äußere Organisation des Nachhilfeunterrichts fielen in den Zuständigkeitsbereich des Schulleiters.
- Bei Verhinderung einer Lehrkraft beauftragte der Schulleiter im Rahmen seiner Weisungsbefugnis einen an der Hauptschule fest beschäftigten Lehrer mit der kurzfristigen Vertretung.
- Außerdem stand dem Schulleiter das Recht zu, einem ihm nicht geeignet erscheinenden Schüler die Teilnahme an der Hausaufgabenhilfe zu untersagen.
- Der Schulleiter hatte ferner dem Förderverein über die Durchführung der Hausaufgabenhilfe zu berichten.

Dieser Betrachtungsweise stand es nicht entgegen, dass die Hausaufgabenhilfe nur einem beschränkten Personenkreis – Schülern mit Leistungsdefiziten – offen stand. Es war auch

nicht ausschlaggebend, dass die Teilnahme an der Hausaufgabenhilfe freiwillig war, zumal das Erscheinen der – einmal auf freiwilliger Basis angemeldeten – Schüler verpflichtend war und ein Fernbleiben von den Erziehungsberechtigten entschuldigt werden musste. Unter Berücksichtigung dieser Zusammenhänge bestand Versicherungsschutz in der gesetzlichen Unfallversicherung.

#### AUTOR



#### Elmar Lederer

ist Geschäftsführer des Bayerischen Gemeindeunfallversicherungsverbandes/der Bayerischen Landesunfallkasse, München, und Mitglied des *pluspunkt*-Redaktionsbeirats.

# Daran denken



## Bewegtes Lernen – auch noch in der Sek II!

Dass Lernen durch Bewegung leichter fällt, gilt nicht nur in der Grundschule und der Sekundarstufe I, sondern auch später. Doch in der Sekundarstufe II bleibt Bewegung im Unterricht meist auf der Strecke. Obwohl sie auch hier auf einfache Art integriert werden kann, wie die Beispiele zeigen.

**Projektarbeit:** In der Sek II übernehmen die Lernenden selbst mehr Verantwortung für ihr Lernen. So entsteht zum Beispiel durch den gelegentlichen Wechsel des Teams automatisch Bewegung im Klassenraum. Auch kleinere Formen, wie die Erarbeitung von Inhalten an unterschiedlichen **Lernstationen**, bringen die Schülerinnen und Schüler in Bewegung. Ähnliches gilt auch für andere Lernaktivitäten:

Bei der **Experten**-Methode – auch **Gruppenpuzzle** genannt – wird eine Schulklasse in verschiedene Gruppen aufgeteilt, die jeweils dasselbe Gesamtthema bearbeiten. Jedes Mitglied einer Gruppe befasst sich dabei mit einem speziellen Teil des Gesamtthemas,

anschließend kommen die „Experten“ eines jeden Teilgebiets zusammen und stimmen ihre Ergebnisse miteinander ab.

**Fish-Bowl** ist eine Methode der Diskussionsführung in großen Gruppen, wobei die Teilnehmer in zwei Gruppen – einen äußeren und einen inneren Kreis – geteilt werden. Die Teilnehmer des inneren Kreises diskutieren ein Problem/eine Frage und die des äußeren Kreises bewerten die Entscheidungsfindung. Mit die höchsten Lerneffekte werden bei **Rollenspielen** erzielt – warum also nicht öfter mal Inhalte von den Schülerinnen und Schülern im Rollenspiel erarbeiten lassen?!



Foto: grafikdesign-weber.de

Aber auch in der Partnerarbeit gibt es Bewegungsmöglichkeiten, zum Beispiel im **Kugellager** (auch **Doppelkreis** genannt), bei dem man wechselnden Partnern Inhalte erläutert. Oft werden im Klassenraum ein Innen- und ein Außenkreis mit Stühlen gebildet. Weniger aufwendig ist es, die Lerngruppe in einem geräumigen Flur, im Schulhof oder einer Pausenhalle im Doppelkreis agieren zu lassen.