

pluspunkt

Sicherheit & Gesundheit in der Schule

1 | 2018

Bewegung und Lernen

Einfach stark!



Foto: D. Buschardt

Andreas Baader
Leiter Online-Kommunikation DGUV
Chefredakteur DGUV pluspunkt

Neue Optik und mehr Infos

Neues Jahr, neuer pluspunkt – haben Sie es bemerkt? Wir haben das Erscheinungsbild unseres Magazins behutsam erneuert. Alle größeren Beiträge haben ab sofort eine kurze Zusammenfassung, damit Sie die wichtigsten Fakten auf einen Blick erfassen können. Beim Layout nehmen Bilder und Grafiken künftig mehr Raum ein. So können die Seiten insgesamt etwas großzügiger gestaltet und Inhalte noch leserfreundlicher aufbereitet werden.

Erfreulich ist auch, dass das Magazin vom Umfang her gewachsen ist. Ab 2018 enthält jede Ausgabe vier Seiten mehr nutzwertige Tipps und Informationen, um Sie, liebe Leserinnen und Leser, bei der Umsetzung einer guten und gesunden Schule zu unterstützen. Wir hoffen, dass Ihnen der neu gestaltete pluspunkt genauso gut gefällt wie uns und sind gespannt auf Ihre Rückmeldung!

Bewegung und Lernen ist der inhaltliche Schwerpunkt der vorliegenden Ausgabe. Ein Thema, das uns schon länger begleitet, das aber in diesem Heft einige neue und interessante Facetten hinzugewinnt. Lernen braucht Bewegung – darin sind sich Forschung und Praxis inzwischen sehr einig.

Andreas Baader

Foto: A. Arnold



Schwerpunkt Bewegung und Lernen



Tagelang Muskelkater:
Für Redakteur René de Ridder war das Box-training in der Realschule Nentershausen anstrengender als gedacht. Lesen Sie die Reportage ab Seite 6.

6 Einfach stark!
Boxen macht fit und beeinflusst das Lern- und Sozialverhalten von Kindern und Jugendlichen positiv.

12

Schulhof: Bewegung, Erfahrung und Erholung

Wie sichere und gute Schulhöfe gestaltet werden können.



14

Sitzen bleiben!

Sebastian Arnold zeigt Schülerinnen und Schülern, wie viel Spaß Rollstuhlbasketball macht.



Foto: D. Buschardt

23

Was im Leben wichtig ist
Matthias Schatto erzählt, warum der Schulsanitätsdienst soziale Kompetenz stärkt.



Foto: D. Buschardt

- 4 Meldungen
- 6 **Einfach stark!**
Boxen macht Schule!
- 10 **„Bewegung ist die Grundlage allen Lernens“**
Sport stärkt kognitive Fähigkeiten
- 12 **Schulhof: Bewegung, Erfahrung und Erholung**
Tipps zur Gestaltung
- 14 **Sitzen bleiben!**
Projekt Rollstuhlbasketball
- 16 Eben, rutschfest und beleuchtet
Gefahrstellen beseitigen
- 18 Gute Luft für gutes Lernen
Richtig lüften
- 20 Unfälle und Kleinverletzungen richtig dokumentieren
Praxistipps für den Schulalltag
- 22 Drei Fragen
Bewegungsangebote externer Anbieter
- 23 Was im Leben wichtig ist
Menschen aus der Praxis
- 24 Daran denken!
Mehr Bewegung fördert das Lernen

Impressum

DGUV pluspunkt erscheint vierteljährlich und wird herausgegeben von der Deutschen Gesetzlichen Unfallversicherung (DGUV), Glinastr. 40, 10117 Berlin, www.dguv.de
Chefredaktion: Andreas Baader (ViSdp), DGUV
Redaktionsbeirat: Brigitte Glismann, Michael von Farkas, Daniel Kittel, Bodo Köhmstedt, Annette Michler-Hanneken, Barbara Busch, Natalie Mann, Dr. Andrea Mertens, Nil Yurdatap
E-Mail: redaktion.pp@universum.de
Redaktionsdienstleister: Universum Verlag GmbH Wiesbaden, 65183 Wiesbaden, www.universum.de
Redaktion (Universum Verlag): René de Ridder (verantw.), Gesa Fritz, Stefanie Richter
Grafische Gestaltung: a priori Werbeagentur e. K., 65189 Wiesbaden
Druck: MedienSchiff Bruno, 22113 Hamburg
Titelfoto: Andreas Arnold



Foto: Gettyimages, Rost-9D



Lernen und Gesundheit das Schulportal der DGUV

Materialien für Ihren Unterricht an allgemein- und berufsbildenden Schulen. Kostenlos und sofort einsetzbar.

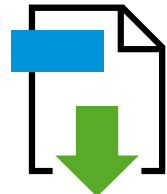
↓ **BBS**
Arbeitsschutzquiz für Azubis
(Arbeitsschutz)

↓ **BBS**
Elektrischer Strom
(Arbeitssicherheit)

↓ **Primar**
Konfliktbewältigung trainieren
(Soziale Kompetenz)

↓ **Sek. I**
Nicht ohne mein Smartphone
(Digitaler Lernraum)

↓ **Sek. II**
Soziale Netzwerke
(Medienkompetenz)



Aktuelle Themen
zum Herunterladen unter
www.dguv-lug.de

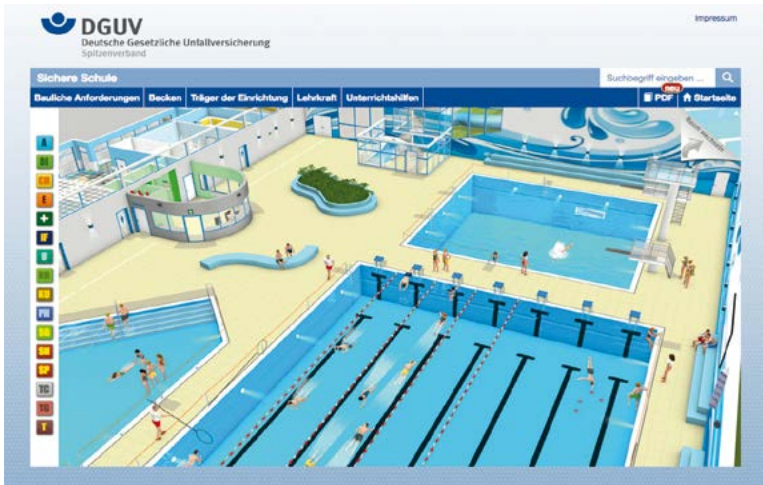


Foto: www.sichere-schule.de

Virtuelle Schwimmhalle

Wie Schulen sicher und gesund gestaltet werden können, zeigt das Portal „Sichere Schule“ der Deutschen Gesetzlichen Unfallversicherung (DGUV). Jetzt ist das Informationsangebot erweitert worden. In der virtuellen Schwimmhalle sind Videos zu Schwimmtechniken und Unterrichtshilfen abrufbar. Außerdem wurde die Technische Regel ASR V3 eingearbeitet. Zudem sind die mobile Version zur sicheren Aula sowie Hinweise zu Sicherheitsorganisation und Gefährdungsbeurteilung verfügbar.

Weitere Infos unter www.sichere-schule.de

Migration und Gesundheit

Das neue Webseite „Migration und Gesundheit“ richtet sich an Migrantinnen und Migranten und alle, die mit migrierten Menschen arbeiten. Sie hilft Zugezogenen, mit dem deutschen Gesundheitswesen vertraut zu werden. Das Portal des Bundesministeriums für Gesundheit bietet gebündelte Informationen zu Themen wie Kindergesundheit, Schutzimpfung oder Früherkennungsvorsorge. Die Angebote stehen in deutscher, türkischer, englischer, arabischer und russischer Sprache zur Verfügung.

Mehr unter
www.migration-gesundheit.bund.de



Foto: www.migration-gesundheit.bund.de



Vereinfachter Zugang zum Digitalen Lernraum

Wenn digitale Medien im Unterricht zum Einsatz kommen, sind Schülerinnen und Schüler meist besonders motiviert. Der Digitale Lernraum der Deutschen Gesetzlichen Unfallversicherung (DGUV) bietet inzwischen umfangreiche Unterrichtsmaterialien zu den Themen Konzentration, Bewegung und Medien.

Enthalten sind konkrete Empfehlungen für die Unterrichtsgestaltung. Die Registrierung von Lehrkräften ist jetzt vereinfacht worden, es genügt eine Anmeldung mit Name, Name der Schule und Mailadresse.

Mehr unter www.dguv.de/lernraum

Foto: www.dguv.de/lernraum

Was Sport im Körper bewirkt

● Gehirn

Höhere Gedächtnisleistung durch bessere Durchblutung.
Zudem werden vermehrt stimmungsaufhellende Endorphine ausgeschüttet.

Skelett ●

Das Knochenskelett verdichtet sich,
die Sehnen werden elastischer und
dicker.

● Herz-Kreislauf-System

Das Herz arbeitet ökonomischer,
bessere Durchblutung, Ruhepuls-
frequenz sinkt.

● Muskeln

Werden besser durchblutet
und mit Nährstoffen versorgt.
Mehr Muskulatur und
höherer Energieumsatz.

● Fettgewebe

Durch höheren Energie-
bedarf verschwinden Fett-
polster. Bessere Blutfettwerte,
geringeres Risiko für Schlag-
anfall und Herzinfarkt.

● Lunge

Ausdauertraining erweitert die
Atemwege und erhöht die Sauerstoff-
aufnahme bis zu 25 Prozent.

Blut ●

Blutproduktion wird angeregt,
die Fließeigenschaften
verbessern sich.

Leber ●

Gibt bei Belastungen
Zucker ins Blut, der als
Energieförderer dient.

Immunsystem ●

Nach mehrwöchigem
Ausdauertraining steigt
die Zahl der Antikörper, die
Anfälligkeit für
Infektionen sinkt.



● Psyche und Nervensystem

Erhöhte geistige Leistungsfähigkeit, bessere Stressbewältigung, gesteigertes Selbstwertgefühl
und Verbesserung von depressiven Verstimmungen sowie Ängsten.

Wie Bewegung den Schulalltag positiv beeinflussen kann, lesen Sie ab Seite 6. →

Illustration: Gettyimages, Askold Romanov



Einfach stark!



- Boxen macht Jugendliche fit und fördert Selbstbewusstsein ●
- Der Kampfsport wirkt positiv auf das Lern- und Sozialverhalten ●
- Das Training basiert auf einem speziellen pädagogischen Konzept ●
- Feste Regeln und Schutzmaßnahmen sind Grundlage des Trainings ●

Das Projekt „Boxen macht Schule“ zeigt, wie Kampfsport das Sozial- und Lernverhalten verbessern kann. Ein Besuch in der Realschule Nentershausen.

Zwölf Jungen und vier Mädchen stehen sich in der Sporthalle in Zweier-Formationen gegenüber. Alle haben schwarze Boxhandschuhe übergestreift und üben die Pendelkombination, eine Grundtechnik im Boxen. Doch Zuschlagen ist schwieriger als gedacht. Führhand und Schlaghand auf Kinn- und Kopfhöhe bringen, das linke Bein nach vorn setzen, Rechts-links-Kombination, gleichzeitig ausweichen mit dem Oberkörper, dann ein rechter Haken mit Hüfteinsatz. Ganz schön anstrengend.

Alle Bewegungen werden langsam ausgeführt, dabei sind Gleichgewichtssinn, gute Motorik und ein waches Bewusstsein gefragt. Der Bewegungsablauf ist das exakte Gegenteil einer wilden Schlägerei. Vielmehr wirkt die Szene wie eine strenge Lektion in Konzentration und Kontrollfähigkeit.

Mit Respekt, Disziplin und Regeln seine Ziele erreichen. Dieser Leitgedanke des Vereins „Boxen macht Schule“ knüpft direkt an große pädagogische Herausforderungen in Schulen an. Viele Schülerinnen und Schüler haben Konzentrationsprobleme, hadern mit Regeln, konfrontieren Lehrkräfte mit herausforderndem Sozialverhalten oder sind vom stressigen Unterricht überfordert. Kann der Boxsport dazu beitragen, dass Kinder und Jugendliche die sozialen und fachlichen Anforderungen in Schulen besser bewältigen?

„Eindeutig ja“, sagt Boxtrainer Jan Meurer. „Boxen baut Stress ab, verbessert die Fitness, schärft das Regelbewusstsein der Jugendlichen und stärkt ihr Selbstbewusstsein.“ Meurer weiß, wovon er spricht. Er verschränkt die Arme hinter

dem Rücken und erzählt eine sehr persönliche Geschichte über Schwäche: Wie er selbst früher als Schüler wegen seiner Segelohren und seiner Akne im Gesicht fertiggemacht wurde. „Hat total genervt, ohne Scheiß.“ Mit seiner direkten Sprache kommt der Boxer gut an bei den Jugendlichen.

Vielleicht hören sie auch deswegen besonders aufmerksam zu, weil Meurer als Justizvollzugsbeamter im Gefängnis die dunklen Seiten des Lebens gut kennengelernt hat. Seine Botschaft lautet: „Früher schwach, heute stark.“ Oder mit anderen Worten: Boxen beugt Mobbing vor und stärkt Körper und Selbstbewusstsein der Jugendlichen.

Zuschlagen verboten

Diese Erfahrungen aus dem Sport können das Lern- und Sozialverhalten positiv beeinflussen. Davon ist der Vorsitzende des Vereins „Boxen macht Schule“ überzeugt. Die Initiative betreut zwölf rheinland-pfälzische Schulen, an denen das kleine Einmaleins des Faustkampfes gelehrt wird. Darunter sind ganz unterschiedliche Schulformen: Gymnasien, Realschulen und eine Förderschule für verhaltensauffällige Schülerinnen und Schüler.

Wie gefährlich ist es, wenn die Jugendlichen mit Boxhandschuhen aufeinander losgehen? Jan Meurer winkt ab. Richtige Kämpfe sind nicht vorgesehen, beim Training werden feste Regeln befolgt. In der Arbeitsgemeinschaft werden Box-Techniken einstudiert, ohne dabei

10 Vorteile des Boxtrainings

1. Bessere physische Fitness
2. Disziplin, Fairness und Respekt werden verinnerlicht
3. Abbau von Aggressionen und Druck
4. Durchsetzungskraft wird gefördert
5. Das Selbstvertrauen wächst (Persönlichkeitsbildung)
6. Verbesserte Konzentrationsfähigkeit
7. Trainingserfahrung beeinflusst das Lernverhalten positiv
8. Chance, Verantwortung zu übernehmen (Co-Trainerschein)
9. Förderung eines gewaltfreien Umgangs
10. Lern- und Erfahrungsfeld für sogenannte schwierige Jugendliche

Die Trainer Jan Meurer (hinten) und Omar Abdulrahmani (vorn) demonstrieren einem Schüler eine Box-Grundtechnik.



Foto: A. Arnold

fest zuzuschlagen. Die Schülerinnen und Schüler berühren sich nur leicht an Schultern, Armen und Oberkörpern.

Bevor die Jugendlichen mit Partnern üben, trainieren sie ihre Koordination in Form von Schattenboxen, Erlebnisspielen und boxtypischen Gymnastikübungen. Anschließend wird nur das sogenannte bedingte Sparring durchgeführt. Das heißt: keine Schläge zum Kopf, nur zum Körper, und das auch nur in Leichtkontakt-Form.

Das ganze Training basiert auf einem pädagogischen Konzept, das speziell für Schulen entwickelt wurde. Dazu gehören Regeln für ein respektvolles und diszipliniertes Miteinander. Und ebenso das pädagogische Einstiegsgespräch mit den ausgebildeten und erfahrenen Trainern zu Beginn jeder Einheit, bei dem über ein ausgewähltes Thema wie Mobbing oder Zivilcourage gesprochen wird.

„Gut gemacht!“ Jakob motiviert in der Sporthalle sein Gegenüber, der zum ersten Mal Boxhandschuhe trägt. Der Kampfsport hat das Leben des 14-jährigen gründlich verändert. „Ich bin ruhiger und disziplinierter geworden“, sagt er. Auch bei anderen hat er schon positive mentale Resultate beobachten können. „Einige wurden nach einiger Zeit viel gelassener und konnten sich im Unterricht deutlich besser konzentrieren.“

Hart für ein Ziel zu arbeiten lohnt sich

Seit zwei Jahren trainiert der Realschüler in der AG mit. Beim Faustkampf war Jakob so erfolgreich, dass er sich zum Co-Trainer ausbilden ließ. Seitdem übernimmt er mehr Verantwortung und unterstützt die Vereinstrainer beim wöchentlichen Training. Die anderen Jugendlichen lassen sich von ihm leiten, wenn er eine Technik vorführt oder den Übungspartner korrigiert. „Ein erhebendes Gefühl!“, beschreibt Jakob die Erfahrung, für andere ein Vorbild zu sein.

Auch Stephan Szasz ist aufgefallen, wie positiv sich der Schüler durch den Boxsport verändert hat. Für den Schulleiter ist das ein gutes Beispiel dafür, dass sich der pädagogische Ansatz der Box-AG in der Praxis sehr bewährt hat. „Die Schülerinnen und Schüler erleben, dass sich Anstrengung lohnt. Sie erfahren, dass sie erfolgreich sind, wenn sie hart für ein Ziel arbeiten.“ Der Sportkurs ist eingebettet in das Ganztagskonzept der Realschule. Dazu zählt der enge Austausch zwischen Trainern und Schulsozialarbeit.

„Ihr könnt stärker werden, als ihr denkt.“ Diese wichtige Botschaft möchte Jan Meurer seinen Schützlingen mit den Mitteln des Kampfsports beibringen. Allerdings reicht es nicht, nur darüber zu sprechen. Die Jugendlichen müssen es körperlich spüren, beim gelungenen Konterschlag ebenso wie beim anstrengenden Intervalltraining. Marisa, elf Jahre, meint stolz: „Ich bin schon mutiger geworden, ich kann mich besser behaupten.“

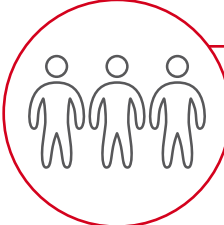
Zum Schluss wird noch an der Ausdauer gearbeitet. Dazu ruft der Trainer alle Schülerinnen und Schüler an die Weichbodenmatte, die senkrecht an der Hallenwand steht. Kraftvoll bearbeiten die Jugendlichen die Matte mit ihren Fäusten und sprinten dazu im Stand. „Weitermachen!“, kommandiert Meurer lautstark, als einige leicht erschöpft ihr Tempo drosseln. Kasernenhof-Stimmung in der Sporthalle?

Das täuscht. Weil das Boxtraining von Vertrauen, Offenheit und Aufmerksamkeit geprägt ist. Oder wie Marisa sagt: „Die Trainer interessieren sich wirklich für uns.“

Autor: René de Ridder,
Redakteur (Universum Verlag)

Boxen macht Schule

Wie läuft eine Trainingseinheit ab? Die 6 Stationen:



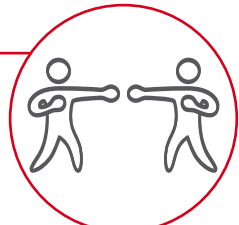
Anwesenheit
Zu Beginn des Trainings kontrollieren die Trainer, welche Jugendlichen anwesend sind und wer fehlt.



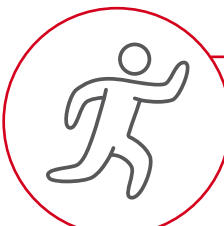
Einstiegsgespräch
Der Trainer bespricht mit den Jugendlichen ein ausgewähltes pädagogisches Thema, etwa Regeln, Disziplin, Respekt, Migration, Mobbing, Zivilcourage oder Notwehr.



Aufwärmtraining
Warmlaufen, Ballspiele. Dabei können Themen des Einstiegsgesprächs erneut aufgenommen werden. Beispiel Ballspiel „Bodyguard“: Zielperson abwerfen bzw. schützen.



Spielerisches Boxen
In Partner-Formation werden Box-Grundtechniken geübt, zum Beispiel die Pendelkombination.



Ausdauer
An der aufgestellten Weichbodenmatte absolvieren die Jugendlichen ein gemeinsames Intervalltraining.



Abschluss und Feedback
Per Sitzkreis wird das Training beendet. Feedback von Jugendlichen, Trainer gibt Rückmeldung zum Sozialverhalten.

Auf allen vieren:
Vor dem Boxen gibt es ein umfangreiches Aufwärmtraining.



Foto: A. Arnold

- Nur in der Bewegung bilden sich Muskeln, Organe und Nervensystem richtig aus
- Körperliche Aktivität fördert das konzentrierte Lernen und die Durchblutung des Gehirns
- Lernphasen, Bewegung und Entspannung sollten rhythmisiert werden

„Bewegung ist die Grundlage allen Lernens“

Sport und Bewegung fördern die kognitiven Fähigkeiten und die Konzentrationsleistungen von Kindern. Ein Gespräch mit der Sport- und Erziehungswissenschaftlerin Renate Zimmer über den Zusammenhang von körperlicher Aktivität und erfolgreichem Lernen.

Frau Prof. Zimmer, warum brauchen Kinder mehr Bewegung im Schulalltag?

Prof. Zimmer: Wir leben in einer Gesellschaft, die durch Bewegungsmangel und langes Sitzen geprägt ist. Die Folgen sind zum Beispiel Übergewicht, Konzentrationsmangel, Rückenschmerzen und motorische Defizite. Das fängt bereits im Kindesalter an. Gerade Institutionen wie Kindertagesstätten und Schulen, in

denen Kinder sehr viel Zeit verbringen, müssen hier gegensteuern und Verantwortung übernehmen. Denn für Kinder ist Bewegung eine wichtige Grundlage ihrer gesunden Entwicklung. Nur in der Bewegung bilden sich Muskeln, Organe und das Nervensystem richtig aus.

Gibt es einen Richtwert, wie viel sich zum Beispiel ein Grundschulkind täglich bewegen sollte?

Prof. Zimmer: Zwei Stunden intensive Bewegung pro Tag sollten im Grundschul-

alter schon drin sein. Das bedeutet nicht, dass das Kind jeden Tag in den Sportverein geht und ausschließlich bestimmte Bewegungen gezielt übt. Es geht hier vor allem um das freie Rennen, Klettern und Toben. Bewegungszeit sollte über den ganzen Tag verteilt werden, in der Schule ebenso wie zu Hause. Und: Bewegung sollte Spaß machen! Dann mobilisiert sie die eigenen Gesundheitsressourcen. So stärken Kinder etwa ihr Selbstvertrauen, indem sie sich Bewegungsherausforderungen suchen – wie etwa auf Mauern balancieren oder auf Bäume klettern – und diese meistern.

Und die kognitiven Fähigkeiten der Kinder, werden die ebenfalls durch Bewegung beeinflusst?

Prof. Zimmer: Bewegung ist gewissermaßen die Grundlage allen Lernens. Kognitive Fähigkeiten entwickeln sich bereits bei Säuglingen durch Körper- und Sinneserfahrungen. Sie eignen sich in der Bewegung die Welt an. So machen sie Erfahrungen, die im Gehirn zur Verbindung von Nervenzellen führen. Und dieser Prozess findet auch später, lebenslang statt. Je enger Lernen mit körperlicher Aktivität verknüpft wird und je mehr Sinne dabei angesprochen werden, desto besser können Informationen aufgenommen und verarbeitet werden und desto nachhaltiger wird gelernt. Bewegung unterstützt die Durchblutung des Gehirns und fördert so auch die Konzentration. Bewegung stört also nicht die Konzentration, sie ermöglicht sie!

Den Körper als Verbündeten verstehen

Wie lässt sich denn mehr Bewegung in den Schulalltag integrieren?

Prof. Zimmer: Wichtig ist vor allem eine Rhythmisierung des Unterrichts. Lernphasen wechseln sich mit Entspannungseinheiten und Bewegungspausen ab. Denn gerade bei jüngeren Kindern gilt: Nach etwa 20 Minuten lässt die Konzentration deutlich nach. Dann sollte der Körper nicht als Gegenspieler angesehen werden, sondern vielmehr als Verbündeter. Er zeigt: Jetzt ist eine Bewegungspause oder eine Entspannungsphase

mit einer Fantasiereise oder mit einfachen Entspannungsübungen angesagt. In der Pause sollten die Kinder dann die Gelegenheit zum Toben haben. Ein Schulgelände mit unterschiedlichen Bewegungsanreizen macht die Pause zur Bewegungspause.

Mehr Bewegung sorgt für mehr Ruhe

Und wie kann man sich den bewegten Unterricht im Klassenzimmer vorstellen?

Prof. Zimmer: Die Kinder können beispielsweise wählen, ob sie lieber im Sitzen, Stehen oder Liegen arbeiten möchten. Viele Unterrichtsinhalte können direkt auch durch Bewegung vermittelt oder gefestigt werden. Zum Beispiel im Deutsch- oder Fremdsprachenunterricht, wenn das Thema Präpositionen ansteht (auf, über, hinter, vor und so weiter). Das kann wunderbar mit einem Bewegungsspiel geübt werden. Die Kinder wechseln dabei immer wieder ihre Position im Raum, sitzen mal unterm Tisch, stehen hinter ihrem Stuhl, neben der Mitschülerin und so weiter. Auch im Sachunterricht können zum Beispiel naturwissenschaftliche Phänomene durch Bewegung erarbeitet werden. Experimente, die möglichst viele Sinne ansprechen, machen Gelerntes unmittelbar erfahrbar und gehören zum bewegten Unterricht.

In großen, sehr heterogenen Klassen geht es oft bereits sehr unruhig zu. Schafft mehr Bewegung dann nicht noch mehr Unruhe?

Prof. Zimmer: In der Wahrnehmung vieler Erwachsener ist Bewegung eng mit Unruhe verknüpft. Aber wir sprechen hier ja nicht von unkontrolliertem Toben durch den Klassenraum. Vielmehr geht es darum, den Bewegungsbedürfnissen der Kinder im schulischen Rahmen so weit wie möglich gerecht zu werden. Letztlich sorgt mehr Bewegung dann sogar für mehr Ruhe im Klassenzimmer!

Vielen Dank für das Gespräch.

Autorin: **Ricarda Gerber**, freie Journalistin und Diplom-Pädagogin



Foto: privat

Prof. Dr. Renate Zimmer ist Erziehungswissenschaftlerin mit dem Schwerpunkt „Frühe Kindheit“ und Professorin für Sportwissenschaften an der Universität Osnabrück. Bis März 2016 leitete sie das Institut für Sport- und Bewegungswissenschaften. Seit 2007 ist sie Direktorin des Niedersächsischen Instituts für Frühkindliche Bildung und Entwicklung.

Weiterführende Informationen

- Anregungen für den Unterricht im Schulportal www.dguv-lug.de; Berufsbildende Schulen; Gesundheitsschutz; Bewegung im Unterricht.
- Digitaler Lernraum des Schulportals, Themenbox Fit fürs Lernen.
- Mehr Infos unter www.renatezimmer.de



Foto: Fotolia, Christian Schwier

Schulhof: Bewegung, Erfahrung und Erholung

Vor allem Kinder im Grundschulalter brauchen für ihre Persönlichkeitsentwicklung tägliche Bewegungsreize. Ein sinnvoll gegliedertes Schulgelände animiert zu Bewegung, Entspannung und Regeneration. Die Infografik zeigt exemplarisch, wie Schulgelände gestaltet werden können. Dabei sind Sicherheitsaspekte und die Wünsche und Vorstellungen der Schülerinnen und Schüler miteinander in Einklang zu bringen.

Mehr Infos

- Schulhöfe und somit auch die Spielflächen sollten grundsätzlich so gestaltet werden, dass sie barrierefrei zugänglich sind.
- Regelmäßige Kontrollen und Prüfungen sind zu gewährleisten.
- Weitere Informationen zur Schulhofgestaltung: DGUV I 202-063 „Schulhöfe – planen, gestalten, nutzen“ DGUV I 202-019 „Naturnahe Spielräume“ DGUV I 202-022 „Außenspielflächen und Spielplatzgeräte“
- Weitere Infos unter www.sichere-schule.de

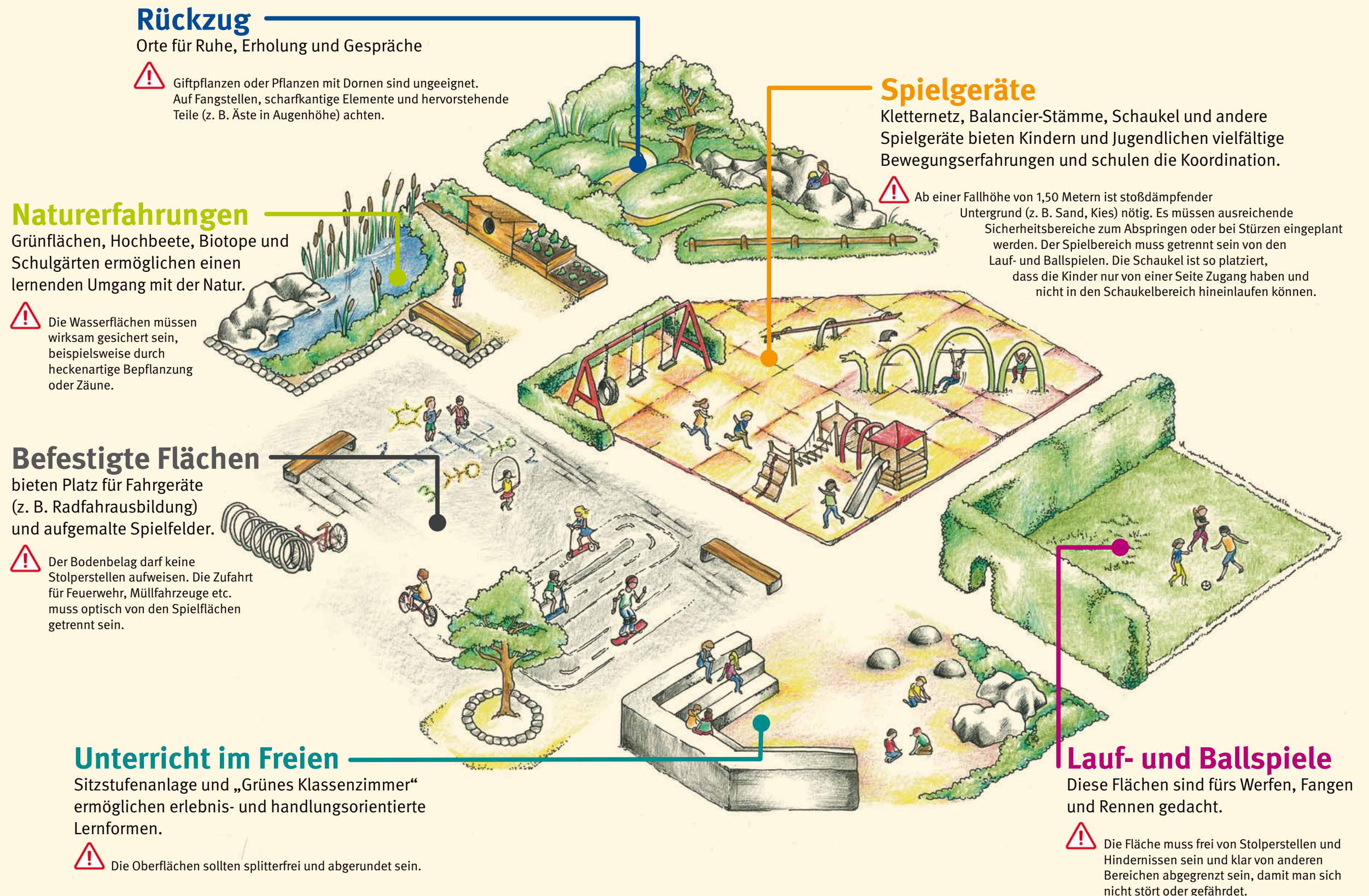




Foto: D. Buschardt

Jetzt bitte dribbeln: Nach zwei Zügen am Rollstuhl-Greifring sollte der Ball eigentlich mit der Hand zu Boden geprellt werden.

Sitzen bleiben!

Sicherheit beim Rollstuhlbasketball

- Sportrollstühle haben schräge Räder, damit sich keiner die Finger einklemmt.
- Das hintere Rad verhindert, dass die Rollstühle nach hinten kippen.
- Der Abweiser verhindert Fußverletzungen.

Drehen, dribbeln, Korbwurf: Beim Schulprojekt Rollstuhlbasketball der Unfallkasse Hessen vermittelt Trainer Sebastian Arnold, wie viel Spaß es macht, auf vier beziehungsweise fünf Rädern Sport zu treiben. Ein Besuch in der Albert-Schweitzer-Schule Langen.

Der Basketballkorb hängt verdammt weit oben. Wer sich etwas aus dem Rollstuhl erhebt, kann den Ball leichter einlochen. Doch die Schummelei bleibt Sebastian Arnold nicht verborgen: „Sitzen bleiben!“, ruft der Rollstuhl-Basketball-Trainer. Kurze Stille.

Danach bugsieren die Schülerinnen und Schüler die Gefährte wieder lautstark durch die Sporthalle der Albert-Schweitzer-Schule – auf der Jagd nach dem nächsten Korbwurf. Die Leih-Sportrollstühle hat der Trainer mitge-

bracht. Nach kurzer Einweisung setzen sich die Kinder in die Stühle. Grundtechniken üben heißt: Anfahren, beschleunigen, bremsen, um die Achse drehen. Schon schwieriger ist, den Basketball vom Boden aufzunehmen. „Ihr presst den Ball mit der Hand gegen den Greifring des Rads“, sagt Arnold und demonstriert den Kindern eine fließende Bewegung.

Es ist verblüffend, wie rasch die Drittklässler lernen, die ungewohnten Gefährte zu bewegen. „Die Grundzüge haben Kinder meist schnell drauf“, ist Arnolds Erfahrung. Rollstuhlbasketball, diese Sportart kennt er aus dem Effeff. Beim Sportverein Mainhattan Skywheelers Frankfurt spielt der 38-Jährige in der zweiten Bundesliga. Seit 2013 ist er zwei- bis dreimal pro Woche im Namen der Unfallkasse Hessen im Einsatz, um Schülerinnen und Schülern die Grundtechniken nahezubringen.

- Hemmschwellen werden spielerisch abgebaut
- Auseinandersetzung mit dem Thema „Behinderung“ wird gefördert
- Rollstuhlbasketball macht Kindern Spaß und ist schnell erlernbar

Warum sollen Kinder und Jugendliche ohne Gehbehinderung Sport im Rollstuhl treiben? „Wir wollen Hemmschwellen abbauen, die Auseinandersetzung mit dem Thema Behinderung fördern und die Bewegungskompetenz stärken“, beschreibt Oliver Mai von der Unfallkasse die Projektziele. An der Albert-Schweitzer-Schule ist Inklusion Teil des Schulkonzepts. „Als Kinderrechte-Schule ist es uns wichtig, dass alle Kinder gemeinsam lernen können und niemand ausgeschlossen wird. So wird der Inklusionsgedanke bei uns auch gelebt. In einigen Klassen gibt es Kinder mit Förderbedarf und wir haben sogar eine Kooperationsklasse mit sieben Kindern, teilweise schwerstmehrfachbehindert“, sagt Schulleiterin Barbara Busch.

In der Sporthalle ist es Zeit für das erste Spiel: Jetzt kommen die Drittklässler in Fahrt. Im Eifer des Gefechts ist schnell eine wichtige Spielregel vergessen: Spätestens nach zwei Zügen am Rollstuhl-Greifring muss der Ball gedribbelt werden. Mancher bunkert den Ball auf dem Schoß, um ungestört durch die Halle zu fahren. „Dribbeln!“ ruft Arnold ein paar Mal. Die Kinder hören nur halb zu – sie sind einfach so begeistert von der Dynamik des Spiels.

sind.“ Ein anderer schreibt: „Es war sehr cool und ich würde es gerne noch mal machen.“

„Ich bin begeistert, wie offen die Kinder den neuen Erlebnissen gegenüber waren. Und Sebastian Arnold hat einen tollen Zugang zu den Kindern gefunden“, lautet Ljiljana Pavlovics positives Fazit. Die Referendarin hatte das Projekt an die Albert-Schweitzer-Schule geholt.

Kinder und Lehrkräfte sind sich einig: Im nächsten Jahr soll Sebastian Arnold auf jeden Fall wiederkommen.

Autor: **René de Ridder**,
Redakteur (Universum Verlag)

Infos zum Praxistag

- Anmeldung für Schulen aus Hessen unter www.sportkolleg.ukh.de
- Youtube-Video zum Ablauf: youtu.be/bUiGbsgN8SA
- Hinweise zu bundesweiten Rollstuhl-Schulprojekten: www.drs.org/cms/projekte/schulprojekte
- Infos zur Schule: www.albert-schweitzer-schule-langen.de

Von Berührungsängsten ist nichts zu spüren

Beschlossen wird der Praxistag in bester pädagogischer Manier mit einer Abschlussrunde. Die Kinder löchern den Trainer mit ihren Fragen. Arnold erzählt von seinem Leben im Rollstuhl, seit er nach einem Autounfall im Alter von 22 Jahren querschnittsgelähmt im Rollstuhl sitzt. Von Berührungsängsten mit Behinderung ist in der Runde nichts zu spüren. Am Ende der 90 Minuten verteilt Sebastian Arnold Evaluationsbögen. Ein Schüler notiert: „Wir haben gelernt, dass Rollstuhlfahrer ganz normale Menschen



Foto: D. Buschardt

Eben, rutschfest und beleuchtet



Foto: Gettyimages, shironosov

- Schmutzfangzonen vermeiden Rutschgefahren
- In Technikräumen können Stäube für rutschige Böden sorgen
- Bei der Gefährdungsbeseitigung sollten Schulleitungen und Sachkostenträger kooperieren

Stolpern, Rutschen und Stürzen zählen zu den häufigsten Unfallursachen mit teils schweren Folgen. Daher sind trittsichere Böden in Schulgebäuden besonders wichtig.

Rutschunfälle können ihre Ursache in einer verminderten Rutschhemmung durch Alterung und Abnutzung des Bodenbelags, ein erhöhtes Schmutz- oder Feuchtigkeitsaufkommen oder die mangelhafte Reinigung und Pflege der Bodenbeläge haben. Stolperunfälle können bereits durch Höhenunterschiede von mehr als 4 mm, aber auch durch Türstopper, die mehr als 15 cm von der Wand entfernt angeordnet sind, verursacht werden.

Schon der Zugang zum Schulgebäude muss eben, rutschfest und ausreichend beleuchtet sein. Im Eingangsbereich kann, abhängig von der Witterung, ein erhöhter Schmutz- und Nässeeintrag entstehen. Ausreichend große Fußabstreifmatten (mindestens 1,50 m tief über die gesamte Durchgangsbreite) bilden sogenannte Sauberlaufzonen, die Schmutz und Nässe zurückhalten. Im Gebäude ist insbesondere in den Fluren und Treppenträumen auf Sauberkeit zu achten. Durch regelmäßige Begehungen lassen sich Mängel rechtzeitig erkennen.

Service der DGUV

- Infos zu Rutschhemmung und Trittsicherheit von Böden unter www.sichere-schule.de
- Hinweise zum gesundheitsgerechten Handeln bietet die DGUV Information 202-058 „Prävention und Gesundheitsförderung in der Schule“.

Zusätzliche Gefährdungen bestehen in den Fachräumen aufgrund der verwendeten Gefahrstoffe oder Arbeitsmaterialien. So müssen die Bodenbeläge in Werk- und Technikräumen bei Staubaufall ausreichend rutschhemmend sein. Beim Reinigen ist darauf zu achten, dass dafür zugelassene Industriestaubsauger (Staubklasse M) verwendet werden, da bei der Verwendung von Besen eine Gefährdung durch aufgewirbelte Holzstäube entsteht.

Dort, wo mit Computern oder anderen elektronischen Medien gearbeitet wird, ist auf eine sachgemäße Verlegung von Kabeln und Zuführungen zu achten. Müssen Kabelzuleitungen aufgrund fehlender Boden- oder Wandkanäle auf dem Boden verlegt werden, sind diese zum Beispiel mit Kabelbrücken oder Gummiläufern abzudecken.

Was Schulleitungen bei Gefährdungen tun sollten

Was ist für Schulleiterinnen und Schulleiter in organisatorischer Hinsicht zu tun, wenn Gefährdungen auftreten? Grundsätzlich verantwortlich sind der Sachkosten- und der Schulhoheitsträger. Letzterer delegiert diese Verantwortlichkeit in der Regel an die Schulleitung. Für den sogenannten „äußeren Schulbereich“, also für die sichere und gesundheitsförderliche Gestaltung und Unterhaltung der Schule, steht der Sachkostenträger in der Pflicht.

Die Schulleitung ihrerseits ist für den „inneren Schulbereich“ verantwortlich. Dazu zählt die Umsetzung der Schulvorschriften sowie die Durchführung des Unterrichts und schließt ebenso die Fürsorge um die Sicherheit und Gesundheit vor Ort ein. Da „innerer“ und „äußerer Schulbereich“ nicht immer klar voneinander abzugrenzen sind, ist eine enge und vertrauensvolle Zusammenarbeit für eine gute gesunde Schule wichtig.

Was bedeutet das konkret? Angenommen, durch eine lose Bodenplatte hat sich eine Stolperstelle gebildet. Um tätig zu werden, muss die Schulleitung

zunächst einmal von der Gefahrenstelle erfahren. Dazu muss sie klare Regeln aufstellen: Lehrkräfte und Schülerinnen und Schüler müssen wissen, dass und wem sie einen eventuellen Mangel melden müssen. Je nach Gefährdung muss der betroffene Bereich gesichert werden, bei einer losen Bodenplatte beispielsweise durch ein Absperrband. Der nächste Schritt ist die Meldung an den Sachkostenträger, damit dieser den Mangel dauerhaft beseitigen kann. Hierbei ist zu empfehlen, den Schulhausmeister oder die Schulhausmeisterin einzubinden, da sie den Sachkostenträger als Sicherheitsbeauftragte für den äußeren Schulbereich unterstützen.

Erfahrungsgemäß können Instandhaltungsmaßnahmen nicht immer direkt umgesetzt werden. Hier muss die Schulleitung zusammen mit dem Sachkostenträger vorläufige Sicherungsmaßnahmen bis zur endgültigen Instandsetzung abstimmen. Die Schulleitung kann von der zuständigen Fachkraft für Arbeitssicherheit, von betriebsärztlicher Seite und der Schulaufsicht Unterstützung einfordern. Darüber hinaus kann sie auch den entsprechenden Unfallversicherungsträger zurate ziehen. Um beim Eintritt einer akuten Gefährdung schnell und effektiv reagieren zu können, ist es wichtig, gemeinsam mit Schulhoheitsträger beziehungsweise Schulleitung und Sachkostenträger, aber auch innerhalb der Schule, Klarheit über Zuständigkeiten und Kommunikationswege zu schaffen.

Autoren: **Ralph Glaubitt** (Unfallkasse Nordrhein-Westfalen) und **Bodo Köhmstedt** (Unfallkasse Rheinland-Pfalz)

Gefahrenstellen beseitigen in 7 Schritten

1. Stolperstelle aufgrund loser Bodenplatte identifizieren
2. Lehrkräfte oder Jugendliche melden den Mangel der Schulleitung
3. Schulleitung sichert Gefahrenstelle (Absperrband)
4. Hausmeister bzw. Sicherheitsbeauftragter wird eingebunden
5. Schulleitung informiert Sachkostenträger
6. Sachkostenträger beseitigt den Mangel dauerhaft
7. Schulleitung holt sich u. U. fachlichen Rat von betriebsärztlicher Seite, der Schulaufsicht oder dem Unfallversicherungsträger



Gute Luft für gutes Lernen

Gute Raumluftqualität ist eine wichtige Voraussetzung für Gesundheit, Wohlbefinden und erfolgreiches Lernen und Arbeiten. Durch richtiges Lüften ist sicherzustellen, dass ausreichend gute Atemluft in Unterrichtsräumen vorhanden ist.

Von besonderer Bedeutung in Klassenräumen ist die Kohlenstoffdioxidkonzentration als Abbauprodukt der menschlichen Atmung. Die CO₂-Konzentration in der Raumluft gilt daher als allgemeiner Indikator für die Raumluftqualität und als Leitparameter für die Beurteilung von

Schlechte Raumluft beeinflusst die Gesundheit negativ

Richtiges Lüften verringert die CO₂-Konzentration wirksam

Ein CO₂-Rechner hilft, die Luftbelastung im Raum einzuschätzen

Lüftungssituationen. So gelten laut der Arbeitsstättenregel „Lüftung“ und den Empfehlungen des Umweltbundesamtes folgende Ziel- und Orientierungswerte:

- Bis 1.000 parts per million (ppm) ist eine CO₂-Konzentration „hygienisch unbedenklich“.
- Zwischen 1.000 und 2.000 ppm gilt die Konzentration als „hygienisch auffällig“.
- Eine Konzentration von mehr als 2.000 ppm ist „hygienisch inakzeptabel“.

In Schulen liegen die CO₂-Konzentrationen bei mangelhafter Lüftung zum Teil deutlich im hygienisch inakzeptablen Bereich. Wie Messungen der CO₂-Konzentration durch die Unfallkasse NRW ergaben, ließ sich nach gründlicher Lüftung am Vortag eine Grundbelastung zu Unterrichtsbeginn von im Mittel 600 ppm realisieren. Ohne Lüftung in der Unterrichtsstunde erreichte sie dann maximal 3.900 ppm. In etwa der Hälfte der Fälle wurde im Laufe der Unterrichtsstunde der obere Leitwert von 2.000 ppm überschritten.

Schlechte Raumluft verursacht häufigere Erkrankungen

Wie wissenschaftliche Studien zeigen, hat eine erhöhte CO₂-Konzentration neben Einbußen an Komfort und Wohlbefinden auch einen erheblichen Einfluss auf die Unterrichtsqualität. Festgestellt wurden zum Beispiel:

- Verschlechterung der physischen Verfassung
- Höhere Häufigkeit akuter Erkrankungen
- Anstieg von Fehlzeiten
- Entstehung von Kopfschmerzen, Müdigkeit, Schwindel und Konzentrationsschwäche
- Erhöhung der Herzfrequenz
- Verringerung der Leistungsfähigkeit

Daher sind Lüftungsmaßnahmen vor und während der Unterrichtsstunde erforderlich. Sofern Unterrichtsräume nicht über Lüftungsanlagen gelüftet werden, wird Folgendes empfohlen:

- Stoßlüftung über geöffnete Fenster und Türen vor dem Unterricht bzw. nach der Raumnutzung am Vortag und in den Pausen durch geöffnete Fenster und Türen.
- Stoßlüftung wie oben zur Hälfte der Unterrichtsstunde.
- Wenn die Stoßlüftung zur Hälfte der Unterrichtsstunde nicht möglich ist, Kipplüftung nach Abschätzung des Lüftungszeitpunktes.
- In der Regel reicht die Kippstellung der Fenster an den Raumstirnseiten aus.

Die Schulleitungen sollten gemeinsam mit den Schulträgern ein entsprechendes Lüftungskonzept erstellen und umsetzen. CO₂-Ampeln können bei der Einführung dieses Konzeptes helfen. Wenn möglich, sollte bereits das Haus- oder Reinigungspersonal am frühen Morgen oder am Nachmittag nach dem Unterricht für die unbedingt erforderliche Basisstoßlüftung sorgen. Ein „Lüftungsdienst“ aus dem Kreise der Schülerschaft kann die Lehrkräfte bei den Lüftungsmaßnahmen während der Unterrichtszeit unterstützen. Die notwendigen Lüftungsmaßnahmen bewirken auch, dass flüchtige Substanzen aus Baustoffen, Einrichtungen, Kleidung, Kosmetika und Körper- oder Raumpflegemitteln im Klassenraum deutlich reduziert werden.

Zur Abschätzung des notwendigen Lüftungszeitpunktes bei Kipplüftung wurde auf der Basis der durchgeführten Messungen ein CO₂-Rechner entwickelt, der nur wenige Eingaben erforderlich macht. Die Abschätzung stellt sicher, dass die CO₂-Konzentration im Unterricht selbst unter schlechten Randbedingungen zumindest zwischen 1.000 und 2.000 ppm verbleibt, ohne dass das Temperaturniveau in den Räumen auch in den Wintermonaten unter 21 Grad Celsius absinkt.

Autor: **Dr. Ing. Heinz-Dieter Neumann** leitete bei der Unfallkasse Nordrhein-Westfalen das Projekt „Gesunde Luft in Schulen“.

Weitere Infos

- Das Lüftungskonzept und der CO₂-Rechner finden sich unter: www.unfallkasse-nrw.de, Webcode S0294.
- Eine App für flexible Unterrichtszeiten und Raumgrößen ist in Vorbereitung.
- Weitere Infos zur Raumluftqualität in Schulen unter: www.sichere-schule.de

Unfälle und Kleinverletzungen richtig dokumentieren



Foto: Gettyimages, DmitriMaruta

Wenn Schülerinnen und Schüler sich verletzen, muss eine schriftliche Unfallanzeige angefertigt werden. Hier die wichtigsten Tipps für Schulen zu Dokumentation und Datenschutz.

Nach jedem Unfall, bei dem ein Arztbesuch nötig ist und Kosten für Transport, Arzt, Untersuchung und Behandlung entstehen, muss der Unfallversicherungsträger innerhalb von drei Tagen eine Unfallmeldung erhalten. Das offizielle Formular für die Unfallanzeige sollte im Schulsekretariat verfügbar sein.

Unfallanzeigen werden statistisch ausgewertet

Der Unfallhergang kann von der Lehrkraft geschildert werden, die den Unfall beobachtet hat. Wichtig ist, dass die Schulleitung die Unfallanzeige unterschreibt. Damit dokumentiert sie ihre Kenntnis des Unfalls. In der Unfallanzeige sind Zeitpunkt, Ort, Tätigkeit

und der genaue Unfallhergang möglichst präzise anzugeben.

Das Formular der Unfallanzeige ist bei den meisten Unfallversicherungsträgern online als Download erhältlich, meist kann die ausgefüllte Unfallanzeige auf digitalem Weg zurückgeschickt werden. Alle eingehenden Unfallanzeigen werden statistisch erfasst und ausgewertet. Daher können Unfälle nicht formlos als Fließtext gemeldet werden, sondern es muss auf jeden Fall das entsprechende Formular des Unfallversicherungsträgers verwendet werden. Nur durch exakte Angaben ist für die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter der Entschädigungsabteilungen der Zusammenhang von Unfallzeitpunkt, Schulveranstaltung

- Für Unfallanzeigen müssen in jedem Fall die offiziellen Formulare verwendet werden
- Exakte Angaben zum Unfallhergang sind für künftige Präventionsmaßnahmen wichtig
- Bei Einträgen zu Kleinverletzungen sollte der Datenschutz beachtet werden

und versicherter Person nachvollziehbar. Kleine Verletzungen, die keinen Arztbesuch erfordern, werden in einer Tabelle dokumentiert. Früher wurde ein sogenanntes Verbandbuch verwendet. Darin konnte man, vor allem bei Lagerung in zentralen Verbandkästen, nachlesen, wer sich wann, wobei und an welchem Körperteil verletzt hatte. Allerdings war der Datenschutz für die Verletzten bei einem solchen Verfahren nicht gewährleistet.

„Verborgenes Unfallgeschehen“

Aus diesem Grund verwenden die meisten Betriebe mittlerweile Abreißblocks oder Einzelblätter (siehe Infokasten). Jeder Bagatellunfall wird auf einem Einzelblatt gesondert notiert, im Sekretariat abgegeben und dort datenschutzgerecht mit fünfjähriger Aufbewahrungsfrist unter Verschluss gehalten. Manche Schulen nutzen inzwischen digitale Methoden,

das heißt Tabellen nach obigem Muster, die im Sekretariat gesichert und unter Verschluss auf dem Schulrechner liegen.

Lehrkräfte fragen sich oft, warum jeder noch so winzige „Kratzer“ und jedes verwendete Pflaster aufgeschrieben werden müssen. Doch gerade die kleinen Verletzungen geben Hinweise auf ein ansonsten „verborgenes Unfallgeschehen“, auf defekte Gegenstände im Schulgebäude, Missachtung von Sicherheitsbestimmungen, auf Raufereien – oder eben auf Vorfälle, die bislang noch nicht auftraten, aber in Zukunft vermeidbar wären, sofern man ihre Ursache dokumentiert hat und damit kennt.

Die Dokumentation der Bagatellverletzungen gibt neben Namen des Zeugen und Ersthelfers unter anderem den Unfallzeitpunkt an. Sprich: Der Zusammenhang zwischen Unfall, Versicherten und versicherter Tätigkeit kann auch nachgewiesen werden, wenn sich eine geringfügige Verletzung zum Beispiel durch Infektion verschlimmert und dadurch erst später ein Arztbesuch notwendig wird. Somit kann auch rückwirkend eine Unfallanzeige erstellt und der Fall als „Schulunfall“ anerkannt werden.

Letztlich lässt sich auch der Verbrauch an Verbandmaterialien über diese Aufzeichnungen feststellen. Eventueller Schwund erfordert eine rechtzeitige Neubeschaffung des im Sportbereich vorgeschriebenen Verbandzeugs. Denn Erste Hilfe darf niemals an fehlendem Material scheitern.

Autorin: **Katja Seßlen**, Stellvertretende Abteilungsleiterin Bildungswesen, Kommunale Unfallversicherung Bayern (KUVB)

Grundsätze der Prävention

- Schulleitungen sind verpflichtet, das Unfallgeschehen an der Schule zu dokumentieren, um daraus für die Zukunft geeignete Präventionsmaßnahmen zu treffen. Dies sehen die kultusministeriellen Regelungen der Bundesländer und auch die DGUV Vorschrift 1 „Grundsätze der Prävention“ verbindlich vor.
- Weiterführende Informationen zur Dokumentation von Bagatellunfällen bietet die DGUV Information 204-021, abrufbar unter publikationen.dguv.de; Suchbegriff 204-021.

Checkliste

1. Wo werden die Kopien der Unfallanzeigen aufbewahrt?
2. Wird die Aufbewahrungsfrist von fünf Jahren eingehalten?
3. In welchem PC-Ordner sind die Einträge von Unfallanzeigen, Verbandbuch und Erste-Hilfe-Leistungen gespeichert?
4. Wo steht der Papierordner der Anzeigen, Einträge und Leistungen?
5. Werden beide Ablagen regelmäßig von Schulleitung und Sicherheitsbeauftragten ausgewertet (Unfallhergänge, Verletzungsarten)?
6. Wer kümmert sich um die Beschaffung der Vordrucke und Ablage der Aufzeichnungen?
7. Entsprechen die Dokumentationen des Unfallgeschehens den Vorgaben des Datenschutzes?



Bewegungsangebote externer Anbieter

Bewegung, Spiel und Sport sind zentrale Elemente einer guten gesunden Schule. Worauf sollten Schulen achten, wenn sie externe Anbieter von Sport- und Bewegungsangeboten auswählen?

1 Nach welchen Kriterien sollten externe Anbieter ausgewählt werden?

Am wichtigsten ist der Qualitätsstandard des externen Anbieters. Schulische Verantwortungsträger sollten nach den Qualifikationen der eingesetzten Trainer und Coaches fragen und in welchem Turnus deren Kenntnisse aufgefrischt werden. Empfehlenswert ist auch zu recherchieren, ob etwa ein Seilgartenbetreiber in einem Verband organisiert ist, der sich zur Einhaltung gängiger Normen, baulicher Vorgaben und verbandsinterner Sicherheitsstandards verpflichtet. Bei wassersportlichen Aktivitäten ist zwingend auf die Organisation der Wasserrettung durch rettungsfähige Begleitpersonen zu achten.

2 Wie kann bzw. muss man externe Veranstaltungen organisatorisch vorbereiten?

Zunächst sollten Schulen prüfen, welche länderspezifischen Vorgaben der Schulhoheitsträger zum Einsatz externer Partner für das jeweilige Sportangebot gelten. Die Genehmigung als schulische Veranstaltung obliegt der Schulleitung. Dies beinhaltet die Prüfung, ob die geplanten sportlichen Aktivitäten unter Begleitung von externen Anbietern überhaupt genehmigungsfähig sind. Beispielsweise untersagen manche Bundesländer das „Klettern am Fels“ im Sportunterricht oder raten von Canyoning und Rafting ab. Neben den länderspezifischen Vorgaben sind auch die Sicherheitsinformationen der Deutschen Gesetzlichen Unfallversicherung (DGUV) zu berücksichtigen. Zudem müssen die geplanten Aktivitäten einen Zusammenhang mit den in Lehrplänen festgeschriebenen Bildungs- und Erziehungsaufgaben haben.

3 Was gehört außerdem noch zur praktischen Vorbereitung?

Sich im Vorfeld gut über den Anbieter zu informieren. Im persönlichen Vorgespräch können auch die sport- bzw. erlebnispädagogischen Ziele besprochen werden. Beispiel Klettergarten: Es ist denkbar, dass vor dem Besuch die Lehrkraft dort selbst klettert, um zu erkunden, welche konditionellen und koordinativen Anforderungen es gibt. Auf jeden Fall ist die Organisation der Aufsichtsführung Kerngeschäft der Schule. Außerdem gibt es in vielen Bundesländern bei den Schulaufsichtsbehörden Sportfachberatungen. Diese stehen Schulleitungen bei Fragen beratend zur Seite, ebenso wie die Präventionsfachleute für den Bereich Bewegung, Spiel und Sport der Unfallversicherungsträger.

Antworten: **Heiko Häußel**, Kommunale Unfallversicherung/ Bayerische Landesunfallkasse und Betreuer des Themenfelds „Bewegung, Spiel und Sport“ im DGUV-Sachgebiet Schulen

Illustration: Gettyimages, Askold Romanov



Was im Leben wichtig ist

„Neulich griff eine Reinigungsfachkraft mit der Hand in Glasscherben. Ein Jugendlicher des Schulsanitätsdienstes nahm sich Schutzhandschuhe, legte dem Mann einen Druckverband an und überwachte die Vitalparameter. Es war toll zu beobachten, wie kompetent und selbständig der Ersthelfer die stark blutende Wunde versorgen konnte.“

In unserem Schulsanitätsdienst engagieren sich meist zwischen neun und 15 Schülerinnen und Schüler. Sie übernehmen die Bereitschaftsdienste und sind per Notfallhandy erreichbar. Wir hatten schon die verschiedensten Fälle, angefangen vom Wespenstich und Knochenbruch bis hin zum epileptischen Anfall.

Mir liegt der Schulsanitätsdienst sehr am Herzen. Das hat viel mit meinen Erfahrungen als Zivildienstleistender beim Roten Kreuz zu tun. Ich habe dabei eine komplett andere Sicht auf das bekommen, was im Leben wichtig ist.

Im Schulsanitätsdienst werden Team- und Problemlösefähigkeit der Jugendlichen ebenso wie die Persönlichkeitsentwicklung gefördert.“

Matthias Schatto (36) arbeitet als Studienrat an der Gustav-Stresemann-Wirtschaftsschule Mainz. Er betreut den Schulsanitätsdienst seit 2010.

Foto: D. Buschardt



Mehr Bewegung fördert das Lernen

Pausen

Mit Bewegungspausen und -zeiten den Unterricht rhythmisieren

Beteiligung

Beteiligende Arbeitsformen fördern die Selbsttätigkeit

Mit allen Sinnen

Sinnesaktives Lernen steigert Wahrnehmung, Konzentration und Lernleistung

Präsentation

Gestik, Mimik und Körpersprache bei Ergebnispräsentationen üben

Inspiration Sport

Der Sportunterricht bietet Inspiration für Spiel und Bewegungsideen

Öfter den Lernort wechseln

Öfter die Sitzhaltung ändern, Lernen im Stehen oder Liegen probieren

Sitzen, Stehen, Liegen

Wer sitzt wo?

Sitzordnungen flexibel gestalten

Ortswechsel

pluspunkt
1|2018

Weitere Informationen und Anregungen bietet das Projekt „Bewegte, gesunde Schule Niedersachsen“ unter www.bewegteschule.de

 **DGUV**

Daran denken

