

06/2011

# DGUV Lernen und Gesundheit

## Stolpern, Rutschen, Stürzen

Didaktisch-methodischer Kommentar

### Aus dem Tritt geraten



DGUV-Film „Sicherer Auftritt mit Napo“, [www.dguv.de](http://www.dguv.de), webcode d10536 oder siehe Lehrmaterialien.  
Weitere Filme zum Thema:  
• „Lisa“, Film der Aktion Jugend will sich-er-leben.  
• Videos der VBG-Kampagne „Bleib aufrecht!“  
• TV-Spot und Reportage zur Kampagne „stolpern.ch“ der Suva.  
Downloadadressen siehe Mediensammlung

Egal ob auf der Baustelle, in der Werkstatt oder im Büro: Stolper-, Rutsch- und Sturzunfälle zählen in allen Branchen zu den häufigsten Unfallarten im Betrieb. Gefährdet sind grundsätzlich alle Mitarbeiter, besonders aber junge Berufstätige. Wer neu in einem Betrieb anfängt, muss sich erst einmal zurechtfinden, neue Wege kennen lernen und viele ungewohnte Aufgaben erledigen. Kommen zusätzlich Termindruck und Hektik ins Spiel, können eine herumliegende Kiste oder ein loses Kabel zur Gefahr werden. Grundlegende Kenntnisse über Unfallursachen und Unfallschwerpunkte auf den betrieblichen Verkehrswegen sind deshalb oberstes Gebot, um Stolper-, Rutsch- und Sturzunfälle zu vermeiden. Ziel dieser Lerneinheit ist es, die Wahrnehmung der jungen Leute für entsprechende Gefahrenquellen zu sensibilisieren.

Im Rahmen dieses Unterrichtsmaterials werden folgende Inhalte vermittelt

- Ursachen und Folgen von Stolper-, Rutsch- und Sturzunfällen
- Erkennen, Vermeiden, Beseitigen von Gefahrenquellen

### Einstieg

Zeigen Sie den DGUV-Kurzfilm „Sicherer Auftritt mit Napo“, Laufzeit 1:25 Minuten. Die kurzen Spots sollen das Interesse der Schülerinnen und Schüler wecken und den Einstieg in die Diskussion erleichtern. Weitere empfehlenswerte Filmbeispiele zum Thema mit sehr unterschiedlichen Ansätzen finden Sie unter den Informationsangeboten verschiedener Unfallversicherungsträger, siehe links. Entscheiden Sie sich in Ihrer Unterrichtsvorbereitung für den Film, der zur jeweiligen Klasse und Situation am besten passt. Bitten Sie die jungen Leute, den Inhalt des Films wiederzugeben, und notieren Sie die genannten Gefahrenquellen unter der Überschrift „Ursachen für Stolper-, Rutsch- und Sturzunfälle“. Setzen Sie dazu am besten die Kärtchentechnik ein. Schreiben Sie je eine Gefahrenquelle auf ein Kärtchen und heften Sie es an die Pinnwand oder Tafel. Alternativ können Sie in den Unterricht mit dem Schülertext „Wie auf der Eisbahn“ einsteigen.

Egal, ob Sie mit Film oder Schülertext beginnen, eröffnen Sie die anschließende Diskussion mit folgenden Fragen und motivieren Sie die Schülerinnen und Schüler, über eigene Erfahrungen zu berichten:



Stellen Sie farbige Kärtchen, Pinn-Nadeln oder Klebestreifen bereit



Verteilen Sie den Schülertext

- Sind Sie selbst schon einmal so schwer gestolpert und gestürzt, dass Sie sich verletzt haben?
- Wo, wie und warum ist das passiert?
- Welche Folgen hatte der Unfall?



Folie 2

Notieren Sie bisher noch nicht genannte Ursachen für Stolper-, Rutsch- und Sturzunfälle (SRS-Unfälle) auf Kärtchen und visualisieren Sie sie an der Tafel oder Pinnwand. Besprechen Sie die Schwere der Folgen, die ein Sturzunfall nach sich ziehen kann.

**Folie 3****Verlauf**

Bitten Sie die jungen Leute aufzustehen und sich so hinzustellen, dass sie nach vorne Platz haben. Fordern Sie sie auf, ganz langsam im Zeitlupentempo zu gehen, vielleicht sogar dabei die Augen zu schließen, ganz bewusst nach innen zu horchen und zu beobachten, wie lange sie beim Gehen nur ein Bein belasten. Stellen Sie anschließend zur Diskussion, warum Arbeitsmediziner folgendes behaupten:

*„Der menschliche Gang ist einer der unsichersten Fortbewegungsvorgänge, die es unter Lebewesen in der Natur gibt [...] Einen Großteil der Zeit befindet man sich während des Gehens nur auf einem Bein.“* (Quelle: Bundesanstalt für Arbeitsschutz und Arbeitsmedizin, BAuA, Vermeiden von Unfällen durch Stolpern, Umknicken und Fehltreten, Dortmund 2008, [www.baua.de](http://www.baua.de))

Unterstreichen Sie diese Aussage, indem Sie die jungen Leute auffordern, Balanceübungen auf einem Bein durchzuführen (z. B. Standwaage, Yoga-Baum usw.) Lassen Sie sich bei Bedarf hierzu von einem Sportkollegen beraten.

**Arbeitsblatt 1**

Verteilen Sie Arbeitsblatt 1 und bitten Sie die Schülerinnen und Schüler in Partnerarbeit herauszufinden, welche Stolperfallen hier versteckt sind. Die Lösungen (siehe folgende Seite) werden anschließend im Plenum besprochen. Nehmen Sie Bezug auf die Aussagen der Schüler, und ergänzen Sie gegebenenfalls die Kärtchensammlung an der Pinnwand oder Tafel. Erarbeiten Sie im moderierten Gespräch eine Systematik der Ursachen für SRS-Unfälle und sortieren Sie die Kärtchen entsprechend den Unfallursachen technische Mängel, organisatorische Probleme und persönliches Verhalten. Sie können hierzu die Folien 4, 5 und 6 einsetzen.

**Folien 4, 5, 6****Arbeitsblatt 2**

Verteilen Sie Arbeitsblatt 2 und bitten Sie die Schülerinnen und Schüler die Aufgaben mit einem Partner/einer Partnerin zu bearbeiten. Die Ergebnisse der Unfallanalyse und der Internetrecherche werden im Plenum präsentiert und diskutiert. Die Rechercheergebnisse sollen nach Möglichkeit mit einer zur Verfügung stehenden Präsentationssoftware visuell aufbereitet werden. Visualisieren Sie die wichtigsten „Anti-Stolper-und-Sturz-Regeln“ an der Tafel oder Wandzeitung und betonen Sie die besondere Bedeutung des persönlichen Verhaltens als Schutzmaßnahme gegen Sturzunfälle, zum Beispiel das Tragen geeigneter Schuhe. Sie können hierzu die Folien 7, 8, 9, 10 einsetzen. Verteilen Sie abschließend Arbeitsblatt 3 und bitten Sie die Schülerinnen und Schüler, die Fragen in Einzelarbeit zu beantworten. Die Lösungen (siehe folgende Seite) werden im Plenum besprochen.

**Folien 7, 8, 9, 10****Arbeitsblatt 3****Ende**

Geben Sie den jungen Leuten Gelegenheit zum Transfer. Die Schülerinnen und Schüler bilden Arbeitsgruppen von drei bis vier Personen und begeben sich im Schulgebäude oder im Betrieb auf die Suche nach möglichen Ursachen für Stolper-, Rutsch- und Sturzunfälle. Mögliche Gefahrenquellen: herumliegende Gegenstände, offene Schubladen, ramponierte Bodenbeläge, defekte Leuchtmittel, verschüttete Flüssigkeiten, Bodenunebenheiten usw. Die Gefahrenstellen können mit selbst erstellten Warningschildern oder Absperrbänder kenntlich gemacht und für die Wandzeitung fotografiert werden. Die Ergebnisse werden im Plenum präsentiert. Es ist sinnvoll, in die Diskussion der einzuleitenden Schutzmaßnahmen einen Verantwortlichen für Sicherheitsfragen der Schule oder des Betriebs einzubeziehen. In diesem Zusammenhang kann eine Dokumentation der Umsetzung der Schutzmaßnahmen besprochen und zur Situation vor Ort konkret nachgefragt werden:

- Wie viele Sturzunfälle müssen Sie pro Jahr melden?
- Welche Ursachen für Sturzunfälle sind am häufigsten?
- Welche Kosten entstehen jedes Jahr durch Sturzunfälle?



Wie kann man  
Stolperunfälle  
verhindern?  
Computerspiel  
unter  
[www.stolpern.ch](http://www.stolpern.ch)

Geben Sie den Schülerinnen und Schülern zum Schluss Gelegenheit, sich sämtliche Arbeitsergebnisse der Unterrichtseinheit zu notieren. Falls Sie nicht mit dem Schülertext den Unterricht begonnen haben, können Sie ihn nun zur Ergebnissicherung austeilern und lesen lassen. Als Hausaufgabe können die jungen Leute ein Computerspiel im Internet spielen, in dem es darum geht, Stolperunfälle zu verhindern. Es ist zu finden unter [www.stolpern.ch](http://www.stolpern.ch).

### Lösungen Arbeitsblatt 1

- 1: Falscher und kippliger Aufstieg
- 2: Sicht weg! Zu viel und zu hoch beladen
- 3: Türschwelle zu hoch
- 4: Mitten im Weg abgestellter Karton
- 5: Zu eilig: Rennen und Treppensteigen unter Zeitdruck
- 6: Boden nass und rutschig
- 7: Falsche Schuhe
- 8: Kabelsalat mitten im Weg
- 9: Stolperstelle Teppichkante
- 10: Mangelnde Aufmerksamkeit (z. B. im Gehen lesen, telefonieren oder SMS verschicken)
- 11: Offen stehende, in den Weg hereinragende Schublade
- 12: Rumkippeln auf Stuhl
- 13: Schlechte Beleuchtung

### Lösungen Arbeitsblatt 3

1f, 2r, 3r, 4f, 5f, 6r, 7f, 8f, 9r, 10f, 11r, 12f, 13r, 14f

### Impressum

DGUV Lernen und Gesundheit, Stolpern, Rutschen, Stürzen, Juni 2011

**Herausgeber:** Deutsche Gesetzliche Unfallversicherung (DGUV), Mittelstraße 51, 10117 Berlin

**Redaktion:** Andreas Baader, Sankt Augustin (verantwortlich); Gabriele Albert, Wiesbaden

**Fachliche Beratung:** Joachim Berger, Präventionsexperte bei der Deutschen Gesetzlichen Unfallversicherung (DGUV)

**Text:** Gabriele Mosbach, Potsdam

**Verlag:** Universum Verlag GmbH, 65175 Wiesbaden, Telefon: 0611/9030-0, [www.universum.de](http://www.universum.de)



Internethinweis



Arbeitsblätter



Arbeitsauftrag



Folien/  
Schaubilder



Video



Didaktisch-  
methodischer  
Hinweis



Tafelbild/  
Whiteboard



Lehrmaterialien