

Sicherheit bei Ballspielen im Sportunterricht

Hinweise zur Sicherheitsförderung bei den Sportspielen Basketball, Fußball, Handball und Volleyball

Heinz Hundeloh, Münster Leiter der Abteilung "Schulen und Kindertageseinrichtungen" des Gemeindeunfallversicherungsverbandes Westfalen-Lippe

Ballspiele haben im Sportunterricht der allgemeinbildenden Schule einen hohen Stellenwert. Insbesondere die vier großen Sportspiele Basketball, Fußball, Handball und Volleyball zählen zu den Schulsportarten, die am häufigsten unterrichtet werden und die bei den Schülerinnen und Schülern besonders beliebt sind. Auf der anderen Seite zählen diese Spiele, insbesondere Fußball und Basketball, zu den Schulsportarten mit dem höchsten Unfallrisiko. Im Gegensatz zum Turnen und Schwimmen wird offensichtlich bei der Spielevermittlung der Sicherheitsförderung nicht ausreichend Beachtung geschenkt, denn ein Großteil der Unfälle könnte vermieden werden.

I. Stellenwert der Ballspiele im Sportunterricht

Untersuchungen und Befragungen zur Häufigkeit und Beliebtheit von Sportarten belegen die Dominanz der Sportspiele in der Beliebtheit bei Schülerinnen und Schülern sowie in der unterrichtlichen Realität.

Eine - nicht repräsentative - hessische Untersuchung kommt zu dem Ergebnis, dass Basketball mit 70 Prozent in der Beliebtheitsskala der Schülerinnen und Schüler ganz oben rangiert. 60 Prozent von ihnen wünschen sich Selbstverteidigung im Sportunterricht und möchten Volleyball spielen. Etwa die Hälfte der befragten Schülerinnen und Schüler bevorzugen Badminton, Leichtathletik, Fußball, Schwimmen und Handball. Demnach sind sechs der zehn beliebtesten Sportarten Sportspiele. ¹

In der unterrichtlichen Realität wird hingegen die Individualsportart Leichtathletik am häufigsten unterrichtet. Sportunterricht erteilende Lehrkräfte geben in einer nordrheinwestfälischen Untersuchung an, rund 15 Prozent der Unterrichtszeit dieser Sportart vorzubehalten. Etwas weniger Unterrichtszeit wenden sie für Basketball (13,1%), Turnen (12,9 %), Volleyball (11,4%) und Fußball (10%) auf. ²

II. Das Unfallgeschehen in den Sportspielen

Die Sportspiele führen aber nicht nur die Beliebtheitsskala der Schulsportinhalte an. Auch in der Liste der unfallträchtigsten Schulsportarten nehmen sie eine herausragende Position ein. **In der Hitliste der Unfallsportarten liegen die vier Großen Sportspiele - Fußball, Basketball, Handball und Volleyball unter den ersten fünf Platzierten.** Insgesamt über die Hälfte aller Schulsportunfälle ereignet sich bei den großen Sportspielen.

Die Dominanz der Ballspielunfälle im Rahmen des schulsportlichen Unfallgeschehens wird, wie eine nordrheinwestfälische Studie ³ belegt, noch deutlicher, wenn der Anteil der einzelnen Sportarten am Unterricht, die Expositionszeit, berücksichtigt wird. Unter Einbeziehung der unterrichtlichen Ausübungszeiten ist die Wahrscheinlichkeit, bei den Ballspielen zu verunglücken, um 65 Prozent höher als bei den Individualsportarten.

Das Unfallrisiko ist besonders groß, wenn Schülerinnen und Schüler Fußball und - mit Abstrichen - Basketball spielen. Die Wahrscheinlichkeit, sich beim Fußballspielen zu verletzen ist im Vergleich zu den Sportarten Leichtathletik, Turnen oder Volleyball dreimal und im Vergleich zum Schwimmen sogar siebenmal so groß.

Besonders groß ist das Verletzungsrisiko für Schülerinnen und Schüler aber nicht nur bei den großen Sportspielen, sondern auch bei den kleinen und größeren nicht normierten Spielen mit und ohne Ball, die aber im Rahmen dieses Beitrages nicht weiter berücksichtigt werden.

Sportart	Risikofaktor
Ballspiele, z.B. Völkerball, Tchoukball	4,2
Fußball	2,1
Basketball	1,5
Kleine Spiele	1,5
Handball	1,1
Volleyball	0,7
Leichtathletik	0,7
Turnen	0,6
Schwimmen	0,3

¹=Unfallrisiko aller Sportarten

Quelle: Hübner, H. / Pfitzner, M.: Schulsportunfälle in Nordrhein-Westfalen

Unfälle bei den Ballspielen Fußball, Basketball, Handball und Volleyball haben vor allem stumpfe Verletzungen zur Folge: etwa 40 Prozent Distorsionen, 25 Prozent Kontusionen und 20 Prozent Frakturen . In der Mehrzahl der Fälle sind es Verletzungen, die eine ambulante ärztliche Behandlung erfordern. Unfälle mit langwierigen und schweren Verletzungen sind eher selten. Eine Ausnahme bildet der Fußball, der auch hinsichtlich der Verletzungsschwere eine Spitzenstellung einnimmt. Etwa 30 Prozent aller Schwerstunfälle im Schulsport, das sind Unfälle mit einer zeitweisen oder bleibenden Minderung der Erwerbsfähigkeit, sind Fußballunfälle. ⁴

Aber auch die sogenannten leichten Unfälle sollten nicht unterschätzt werden. Sie sind in der Regel für die betroffenen Schülerinnen und Schüler mit negativen Erfahrungen verbunden und können dadurch den Zugang zum Schulsport, zu einzelnen Sportarten und zum Sport insgesamt erschweren oder sogar verhindern.

Während bei den Torwurfspielen Basketball und Handball und beim Rückschlagspiel Volleyball vor allem die oberen Extremitäten, insbesondere die Finger betroffen sind, kommt es beim Fußball in erster Linie zu Verletzungen der unteren Extremitäten, vor allem des Sprunggelenks.

Die Tätigkeiten und Übungen, bei denen sich die Schülerinnen und Schüler verletzen sind ihnen in der Regel bekannt und vertraut. Unfälle ereignen sich nach Auskunft von Schülerinnen und Schülern überwiegend bei Handlungen, die sie schon oft oder "schon mal" gemacht haben während eines Spiels oder einer spielähnlichen Situation. Beim Neulernen von Bewegungsfertigkeiten oder bei relativ unbekanntem Übungen verletzen sie sich - und das gilt nicht nur für die Ballspiele, sondern für den gesamten Sportunterricht - nur vergleichsweise selten.

Im Fußball verletzen sich die Schülerinnen und Schüler vornehmlich bei Zweikampfsituationen, beim Laufen mit, aber auch ohne Ball und bei der Ballannahme im Rahmen einer Spielsituation, also unter Zeitdruck. Beim Volleyball ist vor allem das obere Zuspiel (Pritschen) unfallbelastet, mit weitem Abstand folgt das untere Zuspiel (Baggern). Der Großteil aller Basketballunfälle, etwa zwei Drittel, ereignet sich beim Fangen des Balles. Relativ selten sind hingegen Unfälle beim Korbleger oder Rebound. Ähnlich sieht es beim Handball aus. Auch bei diesem Spiel verletzen sich Schülerinnen und Schüler überwiegend beim Fangen des Balles.

III. Ursachen von Ballspielunfällen

Schülerinnen und Schüler verunfallen im Sportunterricht nicht zufällig und versehentlich. Ein Sportunfall hat immer mehrere Ursachen und komplexe Kausalzusammenhänge. Dabei spielen technische Ursachen, z.B. defekte Hallenböden, nicht die zentrale Rolle, wie von vielen Lehrkräften angenommen wird.

Natürlich sind eine sicherheitstechnisch einwandfreie Sportstätte und betriebssichere Sportgeräte notwendige Rahmenbedingungen für einen guten und sicheren Sportunterricht. Allerdings ereignen sich bei den Ballspielen im Rahmen des Sportunterrichts nur wenige Unfälle, die vornehmlich auf technische Ursachen zurückgeführt werden können. Unfälle beim Fußball, Volleyball, Handball und Basketball werden primär und überwiegend durch das Verhalten bzw. Fehlverhalten der am Unterricht beteiligten Schülerinnen, Schüler und Lehrkräfte verursacht.

Ein nicht zu unterschätzender Grund für die große Zahl von Ballspielunfällen ist der ausgeprägte Kampfcharakter der Ballspiele, der mit Ausnahme des Volleyballspiels in allen großen Sportspielen die direkte körperliche Konfrontation mit einem Gegenspieler zulässt und einfordert. Gerade unter Wettkampfbedingungen, für die Handeln und Entscheiden unter Zeitdruck kennzeichnend sind, stellen Zweikampfsituationen für die Schülerinnen und Schüler exponierte Stresssituationen dar, die sie überfordern und deshalb sehr schnell zu Unfällen führen können.

"Empirische Analysen des schulsportlichen Unfallgeschehens kommen zu dem Ergebnis, dass die Schülerinnen und Schüler im Rahmen des Sportspielunterrichts zu früh, d.h. unvorbereitet, mit zu hohen Anforderungen im komplexen Spiel konfrontiert werden."⁵ Mit anderen Worten: Es wird im Rahmen der Spielvermittlung zu wenig geübt. Die Folge ist, dass Bewegungsfertigkeiten und taktische Verhaltensweisen nicht hinreichend automatisiert sind, so dass sich Schülerinnen und Schüler im Spiel zu sehr auf den Umgang mit dem Ball konzentrieren müssen und ihre Umwelt - ihre Mit- und Gegenspieler und das Spiel insgesamt - nicht mehr ausreichend wahrnehmen.

Ein Grund für diese mangelnde Vorbereitung ist sicherlich die Tatsache, dass das Spielen mit dem Ball hinsichtlich der Anforderungen an die motorischen, sensorischen und kognitiven Fähigkeiten unterschätzt wird. Vielleicht geht man auch - nicht zuletzt wegen der großen Popularität der Sportspiele - zu selbstverständlich davon aus, dass die Schülerinnen und Schüler über grundlegende Spielfertigkeiten und -fähigkeiten verfügen ("Fußballspielen kann jeder"). Dabei wird übersehen, dass Spielen können heutzutage nicht mehr selbstverständlich ist und dass Kinder und Jugendliche selbst einfache Fertigkeiten, wie z. B. das Fangen, nicht mehr oder nur unzureichend beherrschen.

Die Sportspiele stellen hohe Anforderungen an die Bewegungs- und Verhaltensregulation. Für eine sichere Bewegungssteuerung ist u.a. die Fähigkeit zur genauen Koordination unter Zeitdruck und ständig wechselnden Bedingungen erforderlich. Denn es geht z. B. beim Handballspiel zumeist nicht darum, einen geworfenen Ball nach "Voranmeldung", ungestört und in Ruhe anzunehmen. Vielmehr vollziehen sich die geforderten Bewegungshandlungen immer in einem komplexen und sehr dynamischen Bezugssystem, das durch den Ball, das Spielfeld, die Gegner und Mitspieler konstituiert und fortlaufend verändert wird.⁶

Weitere Ursachen für Unfälle bei den Sportspielen sind z.B. falsches Aufwärmen, z.B. Einbeziehung von Wettspielen in die Aufwärmphase, ungeeignete Sportkleidung, z.B. Spielen in Socken, unfaires und aggressives Verhalten und fehlende Regelkompetenz.

IV. Sicherheitsfördernde Maßnahmen

Mehr Sicherheit in den Ballspielen erfordert zum einen die Dosierung der sportspielimmanenten Risiken, zum anderen die Förderung der Fähigkeiten, Fertigkeiten; Einstellungen und Kenntnisse, die Schülerinnen und Schüler in die Lage versetzen, die Anforderungen des jeweiligen Spiels zu erfüllen. Es geht also sowohl um die Vermeidung nicht bewältigbarer Bewegungsrisiken, als auch um die Förderung von Bewegungskompetenzen.

Dabei ist zu berücksichtigen, dass die direkten Einwirkungsmöglichkeiten zur Verhütung von Unfällen begrenzter sind als beim Turnen. Zudem ist eine sach- und situationsgerechte Risikodosierung wegen des ausgeprägten Wettkampf- und Kampfcharakters der meisten Sportspiele sowie wegen der Schnelligkeit, Dynamik und Offenheit des Spiels, die spontanes und innovative Handeln ermöglicht und

herausfordert, schwieriger als bei Sportarten, die vornehmlich standardisierte Situationen aufweisen und keinen Körperkontakt erlauben.

IV.1 Durch Spielen sicher spielen lernen

Ausgehend vom methodischen Grundsatz, dass Spiele und Spielen spielend gelernt werden, sollten aus Sicht der Sicherheitsförderung die Sportspiele immer so vermittelt werden, dass die Schülerinnen und Schüler möglichst früh und häufig mit-, aber auch gegeneinander spielen. **Demzufolge ist die Vereinfachung des Sportspiels auf kleine Spielformen eine Möglichkeit, ein Sportspiel sicher und zugleich attraktiv zu vermitteln.**

Die Forderung, Sportspiele eher spielend zu vermitteln, darf jedoch nicht auf die Formel "Spielen um jeden Preis" reduziert werden. Sie bedeutet jedoch, dass es nicht sinnvoll ist, erst dann zu spielen, wenn alle Einzelfertigkeiten erlernt worden sind, und dass das isolierte Üben von Ballfertigkeiten und taktischen Fähigkeiten auf das notwendige Maß begrenzt werden sollte.

Die kleinen Ball-Spiele ermöglichen es, dass sich die Schülerinnen und Schüler in überschaubaren, aber dennoch komplexen Spielsituationen die für das Zielspiel benötigten Erfahrungen, Kenntnisse, Fähigkeiten und Fertigkeiten auf spielerische Weise aneignen. Nur wenn sie die Möglichkeit haben, immer wieder vielfältige Spielerfahrungen zu sammeln, kann von ihnen erwartet werden, dass sie sich in komplexen Spielsituationen sicher verhalten. Zudem verhindern diese kleinen Spiele eine frühe Spezialisierung und erlauben es Schülerinnen und Schüler unterschiedlichen Alters und mit unterschiedlichen Bewegungserfahrungen und -fähigkeiten, in einem überschaubaren Spielrahmen mit- und gegeneinander zu spielen. Gerade dieser überschaubare Rahmen kann seinerseits dazu beitragen, die Gefahr von Zusammenstößen und Balltreffern zu verringern.

Die Spiele müssen so gestaltet sein, dass die Aufgaben den Schülerinnen und Schülern immer mehrere Lösungsmöglichkeiten eröffnen, so dass nicht nur die Motorik und Sensorik, sondern auch die Eigeninitiative, Selbstständigkeit und Selbstverantwortung gefördert werden.

Ob ein Spiel oder auch eine Übung gelingt, hängt nicht zuletzt davon ab, ob die Schülerinnen und Schüler die Aufgabe verstanden haben. Deshalb sind Aufgabenstellungen und Anweisungen verständlich zu halten. Darüber hinaus kann es sinnvoll sein, Aufgaben und Regeln zu demonstrieren oder evtl. nach einer Unterbrechung in der aktuellen Situation zu erläutern.⁷

IV.2 Schulung der Wahrnehmungs- und Entscheidungsfähigkeit

Um sicher spielen zu können, müssen Schülerinnen und Schüler u.a. Handlung und Bewegungen der Mit- und Gegenspieler antizipieren und lesen können. Diese Fähigkeiten stellen hohe Anforderungen an die Wahrnehmungsfähigkeiten. Unter hohem Zeitdruck müssen zielgerecht Informationen aufgenommen und verarbeitet werden, um sie für die eigenen Entscheidungen zu nutzen.

Deshalb muss eine systematische Wahrnehmungsschulung nicht nur im Vorschulbereich und in der Primarstufe Bestandteil der Bewegungsförderung und des Schulsports sein, sondern **auch ein zentrales Element der speziellen Spielvermittlung im Sekundarbereich.**

Geschult werden muss im Rahmen der Spielvermittlung vor allem die visuelle Wahrnehmungsfähigkeit. Fünf Fähigkeiten sind hervorzuheben: scharfes Sehen, ganzheitliches Sehen, antizipative Augenfolgebewegungen, Blicksprung und Tiefensehen.⁸

IV.3 Üben

Um sicher und erfolgreich spielen zu können, müssen Schülerinnen und Schüler mit dem Ball "umgehen" können, taktische Verhaltensweisen beherrschen, sich im Raum orientieren können oder die Bewegung des Balles antizipieren können. All diese Fähigkeiten und Fertigkeiten müssen erlernt, geübt und trainiert werden. Eine Tatsache, die angesichts der beträchtlichen Bewegungsdefizite der heutigen Schülergeneration von besonderer Bedeutung ist.

Aus Sicht der Sicherheitsförderung muss dem Üben einen hohen Stellenwert in der Spielvermittlung eingeräumt werden. Üben bedeutet aber nicht, eine Fertigkeit drei- oder viermal zu wiederholen und dann davon auszugehen, dass diese automatisiert ist und im Wettkampf, d.h. in einer Stresssituation beherrscht wird. "Üben ist ein Prozess geduldiger und beharrlicher Wiederholung; erst in wiederholten Versuchen lassen sich koordinative oder dynamische Unstimmigkeiten bei der Realisierung einer Bewegungsfertigkeit überwinden."⁹ Dieser Prozess muss von der Lehrkraft durch Variationen der Spiel- und Übungsformen kurzweilig und interessant gestaltet werden, um Langeweile, eine sehr häufige Unfallursache, zu verhindern. Andererseits sind Spiel- und Übungsvariationen nur soweit zulässig, wie sie vom eigentlichen Lernprozess nicht ablenken.

Zum Üben gehört auch das Bewusstmachen und Reflektieren von Bewegungsabläufen, Spielhandlungen und "Knackpunkten".

IV.4 Aufwärmen

Am Beginn einer jeden Sportstunde sollte immer eine Aufwärmphase stehen. Richtiges Aufwärmen wirkt nicht nur verletzungsprophylaktisch, sondern bereitet die Schülerinnen und Schüler auch physisch und psychisch auf die bevorstehenden Beanspruchungen des Unterrichts vor.

Während in der Primarstufe noch die Einstimmung auf den Unterricht im Vordergrund steht, gewinnt mit zunehmendem Alter die Verletzungsprophylaxe an Bedeutung. Bei Kindern bis etwa zum zwölften Lebensjahr ist eine kurze Aufwärmphase mit Lauf- und gymnastischen Übungen sowie Bewegungsspielen ohne Wettkampfcharakter ausreichend. Bei älteren Schülerinnen und Schülern ist eine längere und sportartbezogene Aufwärmphase mit Laufübungen, Dehn- und Kräftigungsübungen sowie spielspezifischer Erwärmung (Einspielen) erforderlich.

Das Aufwärmen darf nicht zu einer frühzeitigen Ermüdung und damit zu einer Erhöhung des Verletzungsrisikos führen. Deshalb gilt grundsätzlich, dass sich wenig trainierte Schülerinnen und Schüler nicht zu intensiv aufwärmen.

Eine Aufwärmphase sollte mit geringer Intensität begonnen werden. Die Belastung ist langsam und kontinuierlich zu erhöhen. Die Aufwärmzeit richtet sich nach der Unterrichtsdauer und sollte zwischen fünf und fünfzehn Minuten betragen. 50 Prozent des möglichen Aufwärmeffektes sind bereits nach ca. fünf Minuten erreicht.

IV. 5 Kleine Spielgruppen und ausreichender Spielraum

Je größer die Gruppen sind, desto schwieriger wird es für die einzelne Schülerin und den einzelnen Schüler, sich zu orientieren und kreativ an einem Spiel teilzunehmen. Dies trifft vor allem für die jüngeren und leistungsschwächeren Schülerinnen und Schüler zu. Deshalb kann es gerade bei diesen Schülergruppen sinnvoll sein, in kleinen Spielgruppen zu spielen.

Vor allem beim Hand-, Fuß- und Basketball sollte vor allem im Anfängerbereich auch auf ausreichend große Spiel- und Übungsräume geachtet werden. Je mehr Platz die Schülerinnen und Schüler zur Verfügung haben, desto mehr Zeit haben sie, den Ball zu kontrollieren, das Spielgeschehen wahrzunehmen und zu analysieren sowie einen Mitspieler bzw. eine Mitspielerin zum Zusammenspiel zu finden. Dadurch wird auch die Wahrscheinlichkeit von Kollisionen und unkontrollierten Zweikämpfen erheblich verringert.

Zwischen den einzelnen Spiel- und Übungsgruppen sowie Spielfeldern verhindern ausreichend große Sicherheitsabstände gegenseitiges Stören. Zudem wird die Gefahr von Kollisionen und des Hineinrollens von Bällen in benachbarte Spiel- und Übungsräume mit der Folge von unkontrollierten Stürzen erheblich verringert.

Die Lehrkraft sollte auch darauf achten, dass die Sicherheitsabstände zwischen Spielfeld und Hallenwand bzw. Bande ausreichend groß ist. Die DIN-gemäßen Abstände sind zwar für den Leistungs- und Vereinssport ausreichend, angesichts der motorischen und sensorischen Defizite jedoch nicht immer für den Schulsport.

Zudem sollten die Spiel- und Übungsräume von den Schülerinnen und Schülern gut zu erkennen sein. Für die Markierung und Abgrenzung eignen sich Markierungskegel aus Kunststoff, die sowohl in der Halle als auch im Freien eingesetzt werden können.

IV. 6 Geeignete Bälle

Ungeeignetes Ballmaterial führt, vor allem im Anfängerbereich, sehr häufig zu Finger- und Handverletzungen. Für die jüngeren Schülerinnen und Schüler sind die herkömmlichen (Senioren-)Wettkampfbälle in der Regel zu hart, zu schwer und zu groß. Das Verletzungsrisiko könnte verringert werden, wenn sich die Auswahl des Ballmaterials an den Fähigkeiten und Fertigkeiten der Schülerinnen und Schüler orientiert. In der Regel ist es sinnvoll, in der Anfängerschulung - je nach Sportspiel - mit kleineren, weicheren und / oder leichteren Bällen spielen und üben zu lassen.

IV.7 Sportgerechte Kleidung

Die sportgerechte Kleidung zählt zwar zu den traditionellen Unfallverhütungsmaßnahmen, hat jedoch nichts von ihrer Bedeutung verloren.

Besonders wichtig sind im Kontext der Sportspiele die Sportschuhe. **Grundsätzlich sind für den Sportunterricht universelle Sportschuhe**, die dem Fuß Halt geben und eine stossdämpfende Sohlenkonstruktion haben, **vollkommen ausreichend**. Spezialschuhe, z.B. Fußballschuhe, sind im Sportunterricht in der Regel nicht erforderlich.

Auf jeden Fall sollte - vor allem in der Halle - das Spielen in Joggingsschuhen verboten sein. Zu untersagen ist auch das Spielen in Strümpfen und Gymnastikschuhen sowie das Bar-fußspielen.

Selbstverständlich sollte es auch sein, dass die Schülerinnen und Schüler vor Beginn der Unterrichtsstunde Armbanduhren und Schmuck, wie Halsketten, Armbänder, Ringe, größere Ohrstecker und -ringe und Piercingschmuck, ablegen. Alternativ können Ohrschmuck und Piercingschmuck auch abgeklebt werden. Auf jeden Fall darf der Schmuck keine Eigen- und Fremdgefährdung verursachen.

Bei ungenügender Sehleistung wird nicht nur die Umgebung scharf wahrgenommen, sondern es werden auch schnell fliegende Gegenstände wie z.B. Bälle zu spät gesehen, wodurch eine situationsgerechte Reaktion erschwert oder unmöglich wird. **Deshalb dürfen Brillenträger nur mit Kontaktlinsen oder Sportbrille bzw. sportgerechter Brille spielen und üben.** Das Üben und Spielen ohne entsprechende Sehhilfe sollte ihnen verboten werden.

Damit die Orientierung im Spiel erleichtert und die Mit- und Gegenspieler besser wahrgenommen werden können, sollten diese gut erkennbar sein. Aus diesem Grund sollten die Schülerinnen und Schüler insbesondere bei den Torwurf- und Torschusspielen Parteibänder oder Überziehhemden tragen.

IV.8 Spielen nach eigenen Regeln

Viele Unfälle in den Ballspielen sind auf unfaires und übereifriges Handeln zurückzuführen. Zwar ist faires Verhalten mehr als das Einhalten der Regeln, jedoch ist Regelbewusstsein ein erster und notwendiger Schritt. Deshalb ist es wichtig, dass die Schülerinnen und Schüler die Spielregeln kennen. Dies kann trotz des Bekanntheitsgrades und der Beliebtheit der meisten Sportspiele nicht als selbstverständlich vorausgesetzt werden.

Regeln müssen den Schülerinnen und Schülern vermittelt werden und von ihnen als sinnvoll angenommen werden. Eine solche Akzeptanz ist eher zu erreichen, wenn sie den schulischen Rahmenbedingungen und den Kompetenzen der Schülerinnen und Schüler angepasst sind. Dies ist in der Regel dann der Fall, wenn sie von den Schülerinnen und Schülern aufgestellt wurden.

Regeln, die ein hohes Verletzungs- und Unfallrisiko beinhalten, sollten im Sportunterricht grundsätzlich verboten sein.

Darüber hinaus ist es wichtig, darauf zu achten, dass die vereinbarten Regeln eingehalten und Regelverstöße konsequent bestraft werden. Eine pädagogische Interpretation von Regeln im Rahmen eines Spiels durch die Lehrkraft ist nur dann sinnvoll, wenn sie mit der Lerngruppe abgesprochen ist. Was sollen Schülerinnen und Schüler denken, wenn beim Könner jeder Regelverstoß, beim Anfänger jedoch nicht einmal grobe Verstöße geahndet werden.

Anmerkungen

¹ Digel, H.: Schulsport - wie ihn Schüler sehen. Eine Studie zum Schulsport in Südhessen (1). In:

Sportunterricht 45/1996/8. S.324 - 329.

² Hübner, H./Pfitzner, M.: Schulsportunfälle in Nordrhein-Westfalen. - Die wichtigsten Ergebnisse zum Unfallgeschehen des Schuljahres 1998/99. Prävention in Nordrhein-Westfalen, Bd.2. Düsseldorf / Münster 2001.

³ ebenda

⁴ Auswertung des GUVV Westfalen-Lippe aus dem Jahr 1992

⁵ Gasse, M./Westphal, G.: Volleyball - attraktiv und sicher vermitteln. Hrsg.: Gemeindeunfallversicherungverband Westfalen-Lippe. Münster: 2001. S.4

⁶ Hübner, H./Pfitzner, M.: Handball - attraktiv und sicher vermitteln. Hrsg.: Gemeindeunfallversicherungverband Westfalen-Lippe. Münster 2001

⁷ Brüggemann, D.: Fußball in der Schule. Gesundheitsschutz in Schule und Beruf, Bd.3. Hrsg.: Gemeindeunfallversicherungverband Westfalen-Lippe. Münster 1994.

⁸ Gasse, M./Westphal, G.: Volleyball - attraktiv und sicher vermitteln. Hrsg.: Gemeindeunfallversicherungverband Westfalen-Lippe. Münster 2001. S.24 ff

⁹ Küpper, Doris: Üben - Eine unterschätzte Selbstverständlichkeit des Sportunterrichts. In: Sportunterricht 35 (1986) H.9, S.329

Literatur

Brüggemann, Detlev: Fußball in der Schule. Gesundheitsschutz in Schule und Beruf, Bd.3. Hrsg.: Gemeindeunfallversicherungverband Westfalen-Lippe. Münster 1994.

Gasse, Michael / Westphal, Gerd: Volleyball - attraktiv und sicher vermitteln. Hrsg.: Gemeindeunfallversicherungverband Westfalen-Lippe. Münster 2001.

Hübner, Horst / Pfitzner, Michael: Handball - attraktiv und sicher vermitteln. Hrsg.: Gemeindeunfallversicherungverband Westfalen-Lippe. Münster 2001.

Ders.: Schulsportunfälle in Nordrhein-Westfalen - Die wichtigsten Ergebnisse zum Unfallgeschehen des Schuljahres 1998/99. Prävention in Nordrhein-Westfalen, Bd.2. Düsseldorf Münster 2001.

Husmann, Anke: Basketball - attraktiv und sicher vermitteln. Hrsg.: Gemeindeunfallversicherungsverband Westfalen-Lippe. Münster 200 1.

Hundeloh, Heinz: Keine runde Sache - Sicherheit bei Ballspielen. In: pluspunkt 2/88. S. 5 7.

Ders.: Spielend mehr Sicherheit im Schulfußball. In: Schule in Balance 2/94. S. 2 - 9.

Küpper, Doris: Üben - eine unterschätzte Selbstverständlichkeit des Sportunterrichts. In: Sportunterricht 35 (1986) H.9

Landesinstitut für Schule und Weiterbildung / Träger der gesetzlichen Schülerunfallversicherung : Mehr Sicherheit im Schulsport - Sportbereich Spiele. 5. Auflage. Soest 2000.

Mirbach, Anke: Schulsportunfälle an allgemeinbildenden Schulen in Westfalen-Lippe. Gesundheitsschutz in Schule und Beruf, Bd.6. Münster 1995.

Checkliste Ballspiele

Diese Checkliste beschränkt sich auf die Mannschaftsspiele Basketball, Fußball, Handball und Volleyball. Auf die Auflistung physiologischer und methodischer Aspekte wurde weitgehend verzichtet.

Ballspiele allgemein (Halle)

- Die Halle ist sicherheitstechnisch für das Ballspiel geeignet (s. Richtlinien für Schulen „Bau und Einrichtung“ GLTV 16.3)
- Der Hallenboden ist frei von Nässe
- Alle Türen und Geräteraumtore sind während des Übungs- und Spielbetriebs geschlossen.
- Nicht benutzte Tore werden außerhalb der Spiel- und Übungsfläche aufbewahrt und sind gegen das Kippen gesichert.
- Auf ausreichende Sicherheitsabstände zwischen den Übungs- und Spielgruppe wird geachtet
- Der Sicherheitsabstand zwischen Wand und Spielfeldbegrenzung entspricht dem Können der Schülerinnen und Schüler
- Übungs- und Spielbereiche, Lauf- und Ballwege sowie Wartezonen sind festgelegt und wenn nötig gekennzeichnet; Überschneidungen werden vermieden
- Die Spielfeldmarkierungen sind deutlich erkennbar
- Alle Schülerinnen und Schüler tragen geeignete Sportkleidung, insbesondere feste Sportschuhe
- Die Schülerinnen und Schüler haben ihren Schmuck abgelegt oder ggf. abgeklebt
- Brillenträger tragen Kontaktlinsen oder eine sportgerechte Brille

- Schülerinnen und Schüler werden nicht durch herumliegende Bälle oder Geräte beim Üben und Spielen gefährdet
- Bei der Übungsauswahl und Gruppeneinteilung werden die individuellen Voraussetzungen der Schülerinnen und Schüler berücksichtigt
- Die Spielregeln entsprechen den schulischen Rahmenbedingungen und den personellen Voraussetzungen
- Alle Schülerinnen und Schüler kennen die Spielregeln
- Auf eine konsequente Einhaltung der Spielregeln wird geachtet
- Es wird darauf geachtet, dass unkontrolliertes Wegschießen und -werfen von Bällen unterbleibt
- Mit- und Gegenspieler sind deutlich erkennbar
- Die Anweisungen und Aufgabenstellungen sind eindeutig und verständlich

Basketball

- Auf Übungskörben, die direkt an der Wand angebracht sind, wird nicht gespielt, sondern nur Positions- und Sprungwürfe ausgeführt
- In der Anfängerschulung werden geeignete Bälle, z.B. Minibasketbälle, verwendet.
- Mobile Basketballkörbe sind fixiert und die Ständer ggf. abgepolstert

Fußball

- Die Tore sind in einem einwandfreien Zustand, z.B. keine vorstehenden Netzhaken, kein splitternder oder gebrochener Rahmen
- Die Tore sind arretiert und so gesichert, dass sie selbst bei missbräuchlicher Nutzung nicht umkippen können
- Bei Sportplätzen wird darauf geachtet, dass die Fläche für das Spielen geeignet ist, d.h. sie ist eben, hat keine hohen Begrenzungskanten, es liegen keine Steine und Scherben herum, die Rasenfläche ist nicht zu feucht
- Wenn es das Spiel zulässt, werden niedrige und kleine Tore verwendet, um unkontrollierte Weitschüsse zu verhindern
- In der Primar- und Orientierungsstufe werden leichte und trockene Bälle benutzt

Handball

- Die Tore sind in einem einwandfreien Zustand, z.B. keine vorstehenden Netzhaken, kein splitternder oder gebrochener Rahmen
- Die Tore sind arretiert und so gesichert, dass sie selbst bei missbräuchlicher Nutzung nicht umkippen können
- Der Wandbereich neben den Toren ist besonders abgesichert, z.B. durch Weichböden
- Bei Spielen in höheren Jahrgangsstufen und bei Wettkampfspielen sollte der Torwart Schutzkleidung tragen

Volleyball

- Es werden rückschlagfreie Spannvorrichtungen mit Selbsthemmung verwendet
- Es werden nur Spannleinen verwendet, die nicht defekt sind
- Die Spannleinen sind sichtbar
- In der Anfängerschulung werden leichte und weiche Bälle, z.B. Badeball, Schaumstoffball oder Minivolleyball, verwendet