

# Sicherheitstipps „Ballsport – aber sicher!“

So einfach und unkompliziert Ballspiele auf den ersten Blick wirken, so vielfältig sind die damit verbundenen Risiken. Bitte beachten Sie daher unsere Sicherheitstipps.

## Halle:

Verhältnisprävention	Verhaltensprävention
Die Halle ist sicherheitstechnisch für das Ballspiel geeignet.	
Der Hallenboden ist frei von Nässe (auch Schweißnässe, Hydrauliköl, Kaugummi etc.).	

## Vor dem Spiel- und Übungsbetrieb:

Verhältnisprävention	Verhaltensprävention
Bei der Übungsauswahl und Gruppeneinteilung wird auf die individuellen Voraussetzungen der Schüler*innen Rücksicht genommen.	Armbanduhren, Schmuck und Haarspangen werden abgelegt.
Alle Türen und Geräteraumtüre sind beim Übungs- und Spielbetrieb geschlossen.	Alle Brillenträger tragen eine Sportbrille (evtl. Kontaktlinsen).
Alle nicht benutzten Tore werden außerhalb der Spiel- und Übungsfläche (am besten im Geräteraum) aufbewahrt und sind gegen Kippen gesichert.	Alle Schüler*innen tragen geeignete Sportkleidung, vor allem feste Schuhe (keine Joggingschuhe, da Umknickgefahr!).
Sportgeräte werden von der Lehrkraft auf Funktionssicherheit und Mängel geprüft.	Offene, lange Haare werden mit einem Haarband zusammengehalten.
	Den Schüler*innen sind die Spielregeln bekannt.
	Die Lehrkraft sichert den geordneten Gerätetransport und -aufbau.

## Während des Spiel- und Übungsbetriebs:

Verhältnisprävention	Verhaltensprävention
<b>Ballspiele allgemein (Halle)</b>	
Der Sicherheitsabstand zwischen Wand und Spielfeldbegrenzung entspricht dem Können und den Fertigkeiten der Schüler*innen.	Zu Beginn wärmen sich die Schüler*innen auf.
Die Spielfeldmarkierungen sind deutlich erkennbar (keine Klebebänder etc., die eine andere Gleitreibung als der Hallenboden aufweisen).	Rollt (fliegt) ein Ball in ein anderes Spielfeld, muss ein Warnruf erfolgen. Das Spiel ist kurz zu unterbrechen.
Während des Übungs- und Spielbetriebes liegen keine Bälle und sonstigen Sportgeräte herum.	Auf die konsequente Einhaltung der Spielregeln wird geachtet.
Alle nicht benutzten Bälle werden in einem Sammelbehälter aufbewahrt (z. B. umgedrehter kleiner Kasten).	Auf ausreichende Sicherheitsabstände zwischen den Übungs- und Spielgruppen wird geachtet.
Es wird nur einwandfreies Ballmaterial verwandt, welches den Fähigkeiten der Schüler*innen entsprechend angepasst wird.	Unwilliges und unkontrolliertes Wegschießen und -werfen des Balls unterbleibt.
Mit- und Gegenspieler sind deutlich gekennzeichnet (idealerweise mit Überziehhemden; keine Parteibänder, da im Eifer des Spielgefechts gerne daran gezogen wird).	Zuschauer oder pausierende Schüler*innen müssen sich grundsätzlich außerhalb des Spielfeldes aufhalten.
Die Anweisungen sind eindeutig und verständlich.	Die Anweisungen sind eindeutig und verständlich.
	Sicherheitswidriges Verhalten wird erschwert und missbilligt.

**Spielorganisation – Hinweise, um die Sicherheit (nicht nur) im Unterricht der Ballsportarten zu erhöhen**

<b>Kleine Teams</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Erleichtert Orientierung im Spielgeschehen</li> <li>• Ermöglicht leistungsschwächeren Schüler*innen die aktive Spielteilnahme</li> </ul>
<b>Homogene Teams</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Schwächere Schüler*innen gehen nicht unter</li> <li>• Spielstarke Schüler*innen langweilen sich nicht</li> </ul>
<b>Klare Anweisungen</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Alle verstehen die Spiel- oder Übungsaufgabe</li> </ul>
<b>Zeit geben</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Spielen braucht Zeit</li> <li>• Spiele müssen gespielt werden, damit Probleme erkannt und Lösungen gefunden werden können</li> </ul>
<b>Raum geben</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Alle nicht benötigten Gegenstände im Geräteraum verstauen</li> </ul>
<b>Überzahl ermöglichen</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Entzerrt die Komplexität des Spielgeschehens</li> <li>• Ermöglicht die Wahrnehmung der Spielsituation und die Suche nach Abspielmöglichkeiten</li> </ul>
<b>Genauigkeit vor Kraft</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Tore, Körbe, Punkte machen einen großen Reiz der Ballspiele aus</li> <li>• Motiviert die Schüler*innen</li> </ul>
<b>Beobachten und urteilen</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Die Schüler*innen mit einfachen Beobachtungsaufgaben am Spielgeschehen beteiligen</li> <li>• Ermöglicht selbstständige Entscheidungen und das Begreifen, dass Regeln sinnvoll sind</li> </ul>
<b>Torwart schützen</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Torwartin/Torwart durch Torkonstruktion ersetzen</li> <li>• Bälle nicht hart aufpumpen</li> <li>• Tor gilt nur, wenn es ein „flacher Ball“ ist</li> <li>• Risikoarme Abwehrtechniken einüben</li> </ul>

### Basketball:

Verhältnisprävention	Verhaltensprävention
In der Anfängerschulung werden nur leichte und fassbare Bälle, zumindest Minibasketbälle verwendet.	Zu Beginn wärmen sich die Schüler*innen auf. Anschließend folgen die gezielten Dehn- und Stabilisationsübungen mit den Schwerpunkten Finger, Handgelenke, Arme und Schultern.
Mobile Basketballkörbe sind fixiert.	Bei Übungskörben, die direkt an der Wand angebracht sind, werden nur Positions- und Sprungwürfe ausgeführt (kein Sicherheitsabstand).
	Regeln werden dem Können der Gruppe angepasst.
	Foulregel streng auslegen. Foulspiel streng bestrafen (z. B. mit einer Zeitstrafe).
	Ein Strafstoß sollte stets ein Kunstwurf sein, z. B. aus einer größeren Entfernung oder einem besonderen Winkel.

### Fußball:

Verhältnisprävention	Verhaltensprävention
Die Tore sind in einem einwandfreien Zustand (keine vorstehenden Netzhaken, kein splittender oder angebrochener Torrahmen) und sind gegen Umkippen gesichert.	Zu Beginn wärmen sich die Schüler*innen auf. Anschließend folgen die gezielten Dehn- und Stabilisationsübungen mit dem Schwerpunkt untere Extremitäten und Hüfte.
Bei Sportplätzen wird darauf geachtet, dass die Fläche spieltauglich ist (ebene Spielfläche, keine hoch stehenden Begrenzungskanten, keine herumliegenden Steine und Scherben).	Regeln werden dem Können der Gruppe angepasst.
In der Anfängerschulung werden nur leichte Bälle eingesetzt.	Foulregel streng auslegen. Foulspiel streng bestrafen (z. B. mit einer Zeitstrafe).
	Ein Strafstoß sollte stets ein Kunstschuss oder ein Kunstwurf sein, z. B. aus einer größeren Entfernung oder einem besonderen Winkel ins leere Tor.
	Bei geringem Spielniveau kann der Einsatz einer „Schutzhand“ erlaubt werden, d.h. der Ball darf bei Gefahr von Körper- oder Kopftreffern abgewehrt werden.
	Das Grätschen (Tackling) ist verboten.
	Ins Seitenaus gerollte Bälle werden flach eingerollt oder flach eingespült.

### Volleyball:

Verhältnisprävention	Verhaltensprävention
Die Netzpfeiler einer Volleyballanlage müssen fest verankert sein. Es dürfen nur rückschlagfreie Spannvorrichtungen mit Selbsthemmung verwendet werden.	Zu Beginn wärmen sich die Schüler*innen auf. Anschließend folgen die gezielten Dehn- und Stabilisationsübungen mit den Schwerpunkten Finger, Handgelenke, Arme und Schultern.
Spannseile müssen durch eine Markierung kenntlich gemacht werden.	Wer zum Ball geht, ruft vorher deutlich „ich“.
In der Anfängerschulung wird nur leichtes und nicht zu hartes Ballmaterial verwendet.	



**Handball:**

Verhältnisprävention	Verhaltensprävention
Die Tore sind in einwandfreiem Zustand und gegen Umkippen gesichert.	Zu Beginn wärmen sich die Schüler*innen auf. Anschließend folgen die gezielten Dehn- und Stabilisationsübungen mit den Schwerpunkten Finger, Handgelenke, Arme und Schultern.
Der Wandbereich neben den Toren ist besonders abgesichert (z. B. mit Weichböden oder Matten).	Regeln werden dem Können der Gruppe angepasst.
	Foulregel streng auslegen. Foulspiel streng bestrafen (z. B. mit einer Zeitstrafe).
	Ein Strafstoß sollte stets ein Kunstschuss oder ein Kunstwurf sein, z. B. aus einer größeren Entfernung oder einem besonderen Winkel ins leere Tor.

**Meldeeinrichtung:**

1. In der Sportstätte ist eine den Lehrkräften jederzeit zugängliche Meldeeinrichtung vorhanden.
2. Notrufnummern (z. B. Ärzte, Krankenhaus, Rettungsleitstelle, Giftzentrale, Taxizentrale) sind bekannt und verfügbar.

**Sanitätsraum:**

1. In der Sporthalle oder in unmittelbarer Nähe befindet sich ein Raum mit Verbandskasten, Krankentrage oder Liege und fließend kaltem und warmen Wasser.
2. Der Raum ist für den Rettungsdienst gut zugänglich.

**Erste-Hilfe-Materialien:**

1. Der Verbandskasten entspricht der DIN 13 157 Typ C.
2. Der Inhalt wird regelmäßig überprüft und je nach Verbrauch ergänzt.
3. Bei externen Schulsportveranstaltungen sind Erste-Hilfe-Materialien vorhanden.
4. Möglichkeiten zur Kühlung stehen zur Verfügung (keine Kältesprays verwenden!).

**Ersthelfer:**

1. Die Schulleiterin bzw. der Schulleiter ist verantwortlich für die Organisation der wirksamen Ersten Hilfe in der Schule.
2. Alle Sportlehrkräfte sind als Ersthelfer ausgebildet.
3. Die Kenntnisse und Fertigkeiten in Erster Hilfe werden regelmäßig aufgefrischt.

**Maßnahmen nach einem Unfall:**

1. Bei der Auswahl des Transportmittels werden die Art und Schwere der Verletzung und die örtlichen Verhältnisse beachtet.
2. Bei einem Arzt- oder Krankenhausbesuch wird die Betreuung des Verletzten sichergestellt.
3. Nach einem Unfall mit Arztbesuch wird eine Unfallmeldung an den zuständigen Unfallversicherungsträger geschickt.

**Auch Unfälle ohne Arztbesuch werden dokumentiert (z. B. im Verbandbuch).**