Sicherheit im Sport

Wissenswertes

Der gesundheitliche Nutzen von Bewegung und Sport kann heute von niemandem mehr in Frage gestellt werden und zahlreiche Studien belegen die positiven Effekte sportlicher Aktivität. Dem gesundheitlichen Mehrwert des Sporttreibens stehen jedoch ca. 2 Mio. Sportverletzungen jährlich gegenüber.

Vor diesem Hintergrund tragen Übungsleiter/-innen und Trainer/-innen die Verantwortung, die von ihnen geplanten, organisierten und durchgeführten Sportprogramme gewissenhaft und sachkundig zu gestalten.

Die folgenden Texte wurden zusammen mit der Stiftung "Sicherheit im Sport" erarbeitet.

Unfallgründe und Handlungsmöglichkeiten

Verhaltensprävention Sportstätten

Verhaltensprävention Sportstätten

Zur Sorgfaltspflicht von Übungsleitungen gehört es, die Betriebssicherheit sowie den sachgerechten Auf- und Abbau von Sportgeräten zu beachten. Sie müssen dabei Sportgeräte vor ihrer Nutzung einer Sicht- und Funktionsprüfung unterziehen und sie auf äußerlich erkennbare Mängel überprüfen.

Checkliste "Nutzung Sporthalle" (pdf)Checkliste "Ballsportarten" (pdf)

Verhaltensprävention Sportgeräte

Verhaltensprävention Sportgeräte

Sportgeräte sollten ausschließlich bestimmungsgemäß eingesetzt werden, d.h. nur für solche Zwecke, für die sie nach den Angaben der Hersteller und Vertreiber geeignet sind.

Neben diesen allgemeinen Grundsätzen gibt es auch für die Gestaltung von Gerätearrangements und -konstruktionen prinzipielle Vorgaben.

Checkliste "Sportgeräte" (pdf)Sicherheit "Gerätearrangements" (pdf)

Sportkleidung und Sportausrüstung

Beim Indoor- und Outdoorsport ist eine angemessene Bekleidung erforderlich.
Die folgenden Entscheidungskriterien sollten beachtet werden:

Artikel "Sportkleidung und Sportausrüstung" (pdf)

Verhaltensprävention Ballsport und Ballspiele

Verhaltensprävention Ballsport und Ballspiele

Ballsportarten und -spiele zählen zu den unfallträchtigsten Sportktivitäten. Die Unfallkasse Hessen erläutert Spielformen mit Hilfe von Videos, in denen Kinder und Jugendliche ein Spielverhalten erlernen können, das Unfälle vermeidet.

Hier geht es zu den Videos

Geräteaufbau und Geräteabbau

Geräteaufbau und Geräteabbau

Besondere Aufmerksamkeit muss dem Geräteaufbau und Geräteabbau gewidmet werden. Der Umfang eines Parcours macht es notwendig, dass die Aktiven bei der Organisation mitwirken.

Artikel "Geräteaufbau und Geräteabbau" (pdf)

Helfen und Sichern

Helfen und Sichern

Helfen und Sichern tragen dazu bei, dass Angstbarrieren abgebaut werden können und so auch Bewegungsabläufe möglich sind, die als schwierig eingeschätzt und langsam eingeübt werden müssen.

Artikel "Helfen und Sichern im Sport" (pdf)Die wichtigsten Helfergriffe (pdf)

Einsatz von Matten

Einsatz von Matten

Um die Beanspruchungen des aktiven und passiven Bewegungsapparates der übenden Personen zu vermindern, ist einerseits das Bewegungsverhalten zu beachten und andererseits die richtige Auswahl der Matten notwendig.

Artikel "Einsatz von Matten" (pdf)

Sicherheitsmanual "Abenteuer- und Erlebnissport"

Sicherheitsmanual "Abenteuer- und Erlebnissport"

Für die Aus- und Fortbildungen des Landesportbundes und der Sportjugend Nordrhein-Westfalen gibt es eine verbindliche Grundlage zur Umsetzung des Abenteuer- und Erlebnissports, welche die Vielfalt dieses Handlungsfeldes aufarbeitet und die Möglichkeiten der Umsetzung aufzeigt. Dazu gehört auch das vorliegende Manual zu den Sicherheitsaspekten im Abenteuer- und Erlebnissport.

Hier zum Download Version 2014 (pdf)

Sicherheitshinweise Deutsches Sportabzeichen

Sicherheitshinweise Deutsches Sportabzeichen

Sicherheit ist auch beim Deutschen Sportabzeichen ein wichtiges Thema. Daher hat die Stiftung Sicherheit im Sport in Zusammenarbeit mit dem Landessportbund NRW wichtige Hinweise zusammengestellt. Diese sind gleichermaßen für Training und Prüfung von Relevanz!

Sicherheitshinweise Deutsches Sportabzeichen