

Sommer, Sonne, Sport im Freien

Editorial

Liebe Leserinnen und Leser,

sicherlich haben Sie auch sehnsüchtig die ersten warmen Tage des Jahres herbeigesehnt, um sich endlich wieder im Freien bei angenehmen Temperaturen sportlich betätigen zu können. Dieses positive Lebensgefühl gilt es ebenso im Sportunterricht zu nutzen und interessante Bewegungsangebote draußen unter freiem Himmel zu schaffen.

Im Freien ergeben sich vielfältige sportliche Möglichkeiten: Ballspiele im Sand (z.B. Beachvolleyball, Beachsoccer oder Beachtennis), Ultimate-Frisbee, Balancieren auf der Slackline, Gleiten mit dem Skate- oder Longboard, Skiken und Inlinern, Klettern und Bouldern oder eine Kanu- oder Kajaktour auf einem See. Zugegebenermaßen sind das teilweise recht ungewöhnliche und auch organisatorisch nicht immer einfach zu bewältigende Unternehmungen. Nicht zuletzt sind diese Sportangebote mit Risiken und damit auch mit Sicherheitsfragen verbunden. Kompetente Ratschläge und Informationen finden Sie dazu in dem Beitrag von Hans-Joachim Wachter von der Unfallkasse Baden-Württemberg.

Nicht alle Schülerinnen und Schüler freuen sich auf die Freiluftsaison. Immer häufiger müssen wir Sportlehrkräfte uns mit den gesundheitlichen Problemen unserer Schülerinnen und Schüler und den Befindlichkeiten der Eltern auseinandersetzen (siehe den Link in der Rubrik „Literatur und Links“ von Heinz Lang). Dennoch steht der Mehrwert des Sporttreibens in der freien Natur außer Frage.

Eine alternative Spielform für draußen stellt das beliebte Spiel Ultimate-Frisbee dar. Eine Anleitung und Anregungen für andere Spiele mit der Flugscheibe finden Sie in der Rubrik „best practice“.

Ein weiterer Beitrag in dieser Rubrik ist die umfangreiche Übungs- und Spielesammlung für Vertretungsstunden von Franz Platz.

Im Nachklapp zu unserem Beitrag „Orientierungslauf“ im ersten Newsletter 1/2014 möchten wir ergänzen, dass die Möglichkeit besteht, ein OL-Starterset auszuliehen (weitere Informationen s.u.).

Wir wollen Sie abschließend auf diverse Veranstaltungen und interessante Seiten des DBB hinweisen. In der Rubrik „Für Sie entdeckt“ haben wir wieder Links zu aktuellen Themen für Sie zusammengestellt.

An dieser Stelle möchten wir Redakteure noch einmal an alle Empfänger unseres Newsletters appellieren: Helfen Sie uns bitte, diesen Newsletter mitzugestalten. Wir freuen uns über Informationen, Anregungen, Hinweise oder auch Kritik jeglicher Art zum Thema (Schul-) Sport, die direkt an unsere E-Mail-Adressen (reich@cbg-ladenburg.de; f.hoffmann@jprs-weinheim.de) gesendet werden können.

Sie haben die Möglichkeit, sich für den Direktbezug des Newsletter **anzumelden**. Einzige Voraussetzung dafür ist die einmalige Registrierung durch das Hinterlegen einer E-Mail-Adresse (Anmeldeprozedere s.u.). Selbstverständlich kann man unseren Newsletter auch jederzeit problemlos wieder abbestellen.

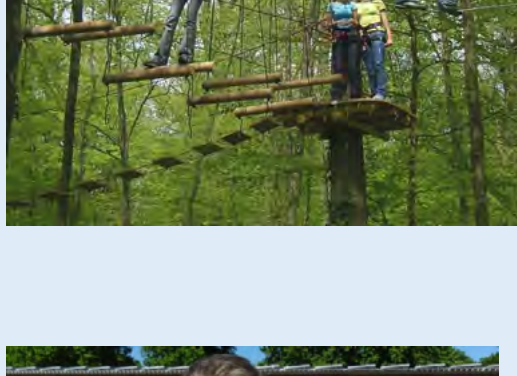
Wir hoffen, dass einige Artikel Ihr Interesse finden und Sie anregen, sich eingehend mit diesem Thema auseinanderzusetzen.

Ihr Redaktionsteam
Frank Hoffmann, Peter Reich und Manfred Reuter (RPK)

Literatur und Links zum Thema

- Brennpunkt: Sport(unterricht) im Freien? – Nein danke!“, ein Beitrag von Heinz Lang in der Zeitschrift „sportunterricht“, Schorndorf, 58. Jahrgang (2009), [Heft 10](#), Seite 289
- Buschmann, Britta: 77 Sportspiele im Freien, Ob Fangspiel oder Orientierungslauf - Hier finden Sie einen Fundus abwechslungsreicher Spiele für draußen!, Persen-Verlag, 2010 (64 Seiten, DIN A4, 1. bis 4. Klasse)
- Weitere Beiträge zum Thema s. Sport-INFO Heft 30 (2/2007): „Outdoorsport und Outdooraktivitäten“ (s. Sport-Homepage des RPK unter „Sport-INFO“: <http://www.rpk-sport.de/>)

„Zu Lande, zu Wasser und in der Luft – Wagnis, Risiko und Sicherheit bei Outdooraktivitäten in der Schule“



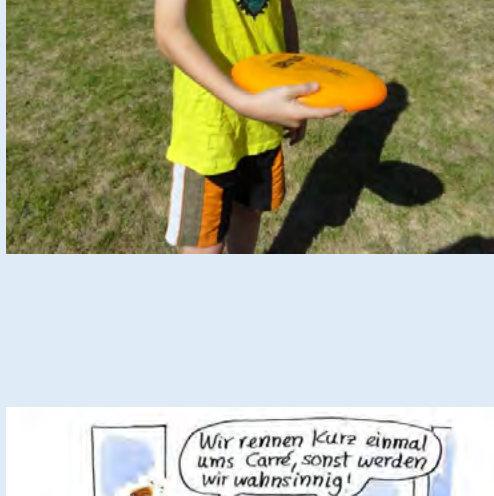
Ein Artikel von Hans-Joachim Wachter Unfallkasse Baden-Württemberg
Klettern an künstlichen Kletterwänden, im Fels oder in Hochseilgärten, Mountainbiking und Hochgebirgswanderungen, Kanufahrten, Segeltörns, Canyoning- oder Raftingtouren auf dem Wasser – solche oder ähnliche Outdooraktivitäten liegen im Trend und gewinnen in Schulen nicht nur bei außerunterrichtlichen Veranstaltungen, sondern auch im Rahmen des Schulsports zunehmend an Bedeutung.

Doch wie sehen die rechtlichen Grundlagen aus? Hans-Joachim Wachter von der Unfallkasse Baden-Württemberg gibt in seinem Artikel kompetente Ratschläge und informiert über die rechtlichen Voraussetzungen.

[mehr...](#)

Best practice I

„Frisbee – Flugscheiben im Sportunterricht“



Die Frisbee ist ein sehr preiswertes und haltbares Sportgerät mit hohem Aufforderungscharakter. Sie bietet neben dem hoch attraktiven Ultimate-Spiel vielfältige Möglichkeiten der sportlichen Betätigung.

[mehr...](#)

Best practice II

„Bewegungsfreundliche Übungen und Spiele in Vertretungsstunden“

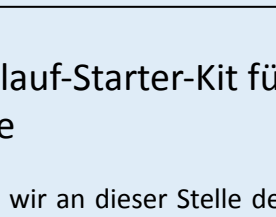


Beispielsammlung für Lehrerinnen und Lehrer der Sekundarstufe

Eine Zusammenstellung von Franz Platz

http://www.lis-in-bw.de/site/pbs-bw/get/documents/KULTUS_Dachmandant/KULTUS/Dienststellen/lis-in-bw/WSB/Vertretungsstunden%20Endversion.pdf (Zugriff am **01.06.2015**)

Landesinstitut für Schulsport, Schulkunst und Schulumusik Baden-Württemberg (LIS)



Orientierungslauf-Starterset für Übungsleiter und Lehrkräfte



Vor kurzem haben wir an dieser Stelle den Orientierungslauf als interessante Abwechslung für das Ausdauertraining vorgestellt. Die Orientierungsläufer des Badischen Turner-Bundes stellen zum Einstieg in ihren Sport bereits seit einigen Jahren ein „Starterset“ zur Verfügung, welches sich schon mehrfach in der Praxis bewährt hat. Es eignet sich für alle im Jugendbereich Tätigen, die sich schon immer einmal mit Orientierungslauf beschäftigen wollten und ihren Kindern und Jugendlichen spannende Übungen bieten möchten.

Das Orientierungslauf-Starterset ist so zusammengestellt, dass es keiner Vorkenntnisse im Orientierungslauf bedarf. Es kann kostenlos bei Kirsten König (E-Mail: koenig@ol-in-baden.de) ausgeliehen werden und enthält:

- Lehrmittel für Unterrichtseinheiten ab Klasse 3 (vom Schweizer sCOOL Projekt)
- DVD „Einführung in den OL“
- Wettkampf-/Trainingsmaterial wie Posten (Miniaturren), Lochzangen, Kompass, Stempelkarten

... und viele weitere Informationen

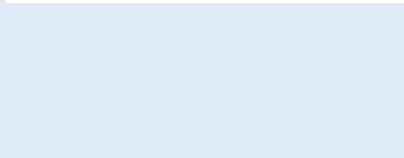
Interessierte (auch Gruppen) sind außerdem jederzeit willkommen, in einer der – zu jedem Lauf angebotenen – offenen Leistungskategorien teilzunehmen, die sich mit einfachen Bahnen vornehmlich an Anfänger richten. Weitere Informationen zu Terminen und OL-Gruppen unter www.ol-in-baden.de

Text/Bild: Dirk Fritzsche

Bewegung, Spiel und Sport in Ganztagschulen und Ganztagsangeboten

Versicherungsschutz bei Kooperationen von Schule und Sportverein

[mehr...](#)



Der Badische Sportbund Nord e.V. bietet in Zusammenarbeit mit dem Regierungspräsidium Karlsruhe eine

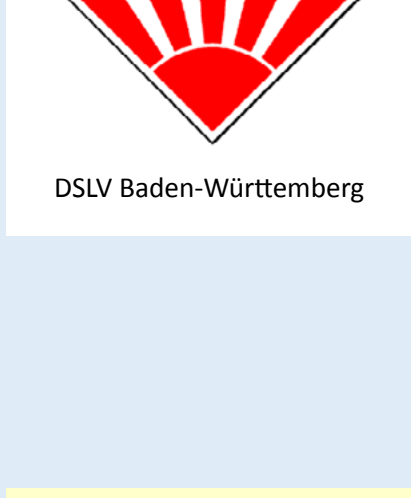
Übungsleiterausbildung für Schülerinnen und Schüler des Kernfachs Sport



an. Im Gegensatz zur drei Wochen dauernden normalen Übungsleiterausbildung findet nur eine zentrale Ausbildungs-Woche inklusive Prüfung am 27.-31. Juli 2015 an der Sportschule Karlsruhe-Schöneck statt. **Alle weiteren Informationen können Sie der Ausschreibung entnehmen.**

Hier geht es zum neuen [Anmeldeformular](#).

DSLVL Schulsportkongress 2015 in Ludwigsburg



Der 15. Schulsportkongress des Deutschen Sportlehrerverbandes (DSLVL) findet in Kooperation mit dem Landesinstitut für Schulsport Baden-Württemberg, der Pädagogischen Hochschule und dem staatlichen Seminar für Didaktik und Lehrerbildung (Realschulen) am 9. Oktober 2015 in Ludwigsburg statt.

Über 60 hoch interessante Workshops, ausgesuchte Referentinnen und Referenten und qualifizierte Fachvorträge bilden den Rahmen dieser Jubiläumsveranstaltung.

Nähere Infos finden Sie auf der Homepage des DSLV Baden-Württemberg <http://www.dslvbw.de>

Schulsport und Ozon



Der Sportunterricht sollte an heißen Tagen der erhöhten Kreislauf- und Ozonbelastung Rechnung tragen. Daher ist es angemessen, bei erhöhten Ozonkonzentrationen über 180 Mikrogramm pro Kubikmeter Luft im Sportunterricht auf die Ausübung von Ausdauersportarten zu verzichten und auf besonders ozonempfindliche Schüler Rücksicht zu nehmen. Gegen kurzzeitige Anstrengungen ist aus gesundheitlicher Sicht nichts einzuwenden; der Sportunterricht braucht daher bei erhöhten Ozonwerten nicht auszufallen.

Quelle: <http://www.gesundheitsamt-bw.de/oegd/Gesundheitsthemen/UmweltGesundheit/Chemische-Risiken/Seiten/Ozon.aspx> (Zugriff 20/06/2015)

Termine und Veranstaltungen



Seit der Gründung des BioMotion-Center am Institut für Sport und Sportwissenschaft (IfSS) des Karlsruher Instituts für Technologie (KIT) ist es in Zusammenarbeit mit dem Forschungszentrum für den Schulsport und den Sport von Kindern und Jugendlichen (FoSS) möglich geworden, Kursen des Kernfachs Sport der gymnasialen Oberstufe praxisnahe und vertiefende Einblicke in die sport-/naturwissenschaftliche Arbeit zu geben.

Unter dem Motto „Erfahren, Erleben, Entdecken“ bietet das FoSS für interessierte Kernfachkurse verschiedene Module aus dem Umfeld der sport-/naturwissenschaftlichen Forschung als Ergänzung und Vertiefung des derzeitigen Bezuges zwischen Sporttheorie und Sportpraxis an. Ein besonderes Anliegen ist dem FoSS dabei eine praxis- und zielgruppenorientierte Vermittlung und die Umsetzung der sporttheoretischen Inhalte mit einem klaren Bezug zum schulischen Lernstoff.

Vier verschiedene Module stehen dabei zur Auswahl:

- Modul 1 Ausdauerdiagnostik Schwerpunkt Laktat
- Modul 2 Kraftdiagnostik Schwerpunkt Kraftmessplatte
- Modul 3 Biomechanische Messmethoden im Überblick
- Modul 4 Neu: Biomechanik des Werfens

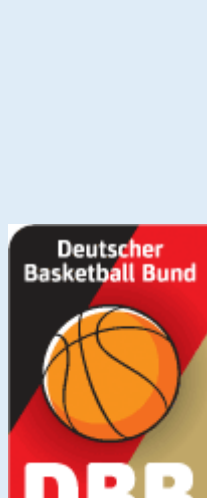
Durch die Unterstützung des „Forschungszentrums für den Schulsport und den Sport von Kindern und Jugendlichen“, des „Zentrums für Lehrerbildung“ am KIT und des Regierungspräsidiums Karlsruhe (Abteilung Schule und Bildung) ist es möglich, diese Module für 100€ (statt 150€) anbieten zu können. Die ersten 40 Schulen können jeweils für ein Modul von dieser Förderung profitieren. Schulen, die School goes BioMotion noch nicht besucht haben, stehen 50 % der zu vergebenden Plätze zur Verfügung.

Anmeldungen werden unter leistungsdagnostik@sport.kit.edu zunächst für den Zeitraum **8.6. – 28.7. und 15.9. – 18.12.2015** angenommen.

Falls Interesse besteht, an einer etwas anderen „Schulstunde“ teilzunehmen, finden Sie weitere Informationen auf der Homepage des FoSS unter www.sport.kit.edu/fooss/763.php bzw. in einem [Flyer](#) (3,2 MB).

Lehr- und Lernhilfen

Stundenbilder zum Basketball im Sportunterricht



Die NBBL gGmbH hat unter dem Motto „be like Dirk“ für die Vereine der Jugendbundesligen NBBL und JBBL bzw. deren (Grund-)Schulkooperationspartner 30 Stundenbilder für den Sportunterricht und eine Konzeption für einen sportpraktik Basketball entwickeln lassen. Diese stehen nun auch in gedruckter Form im DBB-Jugendsekretariat zur Verfügung.

<http://www.basketball-bund.de/jugend-schule/schulsport/stundenbilder-sportunterricht>

Für Sie entdeckt

In dieser Rubrik finden Sie die aktuellen Themen und Hilfen und Material für einen attraktiven Sportunterricht.

Imagefilm „Freiwilligendienste im Sport“:

Der Imagefilm für den baden-württembergischen Sportjugend im Landessportverband Baden-Württemberg vermittelt Eindrücke, was die Freiwilligen und Einsatzstellen im Jahr erwartet und welchen Benefit ein Freiwilligendienst für alle Beteiligten bringt.

https://www.youtube.com/watch?v=a-ljh0WwQU8&utm_source=newsletter_86&utm_medium=email&utm_campaign=wsj-news-nr-10-2015

dsj-intern Spezial „Freiwilligendienste im Sport“

In einem dsj-intern Spezial widmet sich die Deutsche Sportjugend den vielen Facetten der Freiwilligendienste im Sport.

http://issuu.com/sportjugend/docs/fsj_infosammlung

Medizinische Erst- und Notfallversorgung bei Sportveranstaltungen

Ob Sonnenstich oder Verletzung – bei allen Veranstaltungen im Sport muss eine Erst- und Notfallversorgung gewährleistet sein. Die Verantwortung für die optimale medizinische Versorgung bei Notfällen liegt dabei beim Ausrichter einer Veranstaltung. Eine Auflistung von Empfehlungen, an denen Sie sich orientieren können, hat die ARAG Sportversicherung zusammengestellt.

<http://vid.sid.de/2015/04/23/arag-3-7/>

Eine gute Idee - die Zahnrettungsbox

Zahnverletzungen bei Spiel und Sport sind keine Seltenheit. Sie entstehen durch Sturz oder Schlag. Allein beim Schul- oder Freizeitsport erleidet etwa jedes dritte Kind eine Verletzung der Zähne. In den meisten Fällen sind die oberen Schneidezähne betroffen. So können Teile der Zahnkrone abbrechen, Zähne gelockert oder auch verlagert werden. Meist sind es vollständig herausgeschlagene Zähne, die in einer Zahnrettungsbox transportiert werden sollten.

<http://vid.sid.de/2015/05/21/arag-3-8/>