

Schulsport: Fußball, Basketball und Volleyball sind Unfallschwerpunkte

Fußball ist der beliebteste Sport in Deutschland, und auch Deutschlands Schüler kicken kräftig mit: Fußball und andere Ballsportarten stehen im Schulsport unangefochten auf Platz eins der Beliebtheitsskala. Doch damit steigt auch das Unfallrisiko: "Über die Hälfte aller Unfälle im Schulsport passieren bei den Ballspielen. Meistens werden die Kinder dabei von einem Ball getroffen, knicken um oder stoßen mit Mitspielern zusammen", sagt Bernd Fuhrländer, Geschäftsführer der Unfallkasse Hessen. Bei der Unfallkasse sind mehr als 900.000 Schülerinnen und Schüler in Hessen gesetzlich unfallversichert.

Technisch hoch anspruchsvoll: Fußball und Basketball

Mit rund 38 Prozent der Ballsport-Unfälle steht Fußball an der Spitze, gefolgt von Basketball (rund 31 %). "Es sieht eben sehr locker aus, wenn Stars wie Dirk Nowitzki ihre Gegner austänzeln und dann scheinbar mühelos den Ball in zwei Metern Höhe im Korb versenken. Doch bis zu diesem Level ist es ein weiter Weg", erläutert Fuhrländer.

Der Unfallexperte spricht sich dafür aus, im Schulsport nicht zu früh mit Wettkampfsituationen zu beginnen, denn "erst müssen die Schüler die zum Teil hochkomplexen Bewegungsabläufe beherrschen. Wenn sie dann Dribbeln und Laufen koordinieren können und Spielfeld sowie Mitspieler gleichzeitig im Blick haben, ist ein spannendes und sicheres Spiel um Sieg oder Niederlage sinnvoll". Gerade diese Anforderungen erfüllen, das zeigen die Unfallzahlen, viele Kinder nicht. Sie sind überfordert; Prellungen, Zerrungen und Knochenbrüche, vor allem an Fingern, an Hand- und Fußgelenken, am Kopf oder an den Schultern sind oft die Folge.

Varianten schaffen Sicherheit

Variantenreiche Übungen tragen dazu bei, Bewegungen einzuüben und Unfallzahlen zu senken. Beim Kastenschießen zum Beispiel muss der Ball gezielt in einem auf der Seite stehenden Kasten versenkt werden. Das schult Ballgefühl und Koordination.

Unfallkasse Hessen
Kommunikation und Öffentlichkeitsarbeit
Leonardo-da-Vinci-Allee 20
60486 Frankfurt
Fon: 069 / 29972-619
Fax: 069 / 29972-8619
mobil: 0173 / 348 9808
s.longerich@ukh.de