Unfallprävention im Sportverein

Aspekte der Sicherheit können schon im Leitbild verankert sein

Für ein Viertel der Deutschen ist die Mitgliedschaft in einem Sportverein der Schlüssel für ein gesundes Leben, denn „Sporttreiben hält gesund“ so der Tenor vieler Deutschen. Präventives Bewegen kann vor Krankheiten schützen, birgt aber auch das Risiko, sich zu verletzen und einen Sportunfall zu erleiden, denn „Sport ist Mord“ sagen die Anderen.

Damit das Sporttreiben uns nicht krank macht, sind entsprechende Ausrüstungen (z.B. persönliche Schutzausrüstung) und gesunde Verhältnisse der Sporträume, Ausstattungen und Sportgeräte eine wichtige Voraussetzung. Um unsere Gesundheit zu erhalten, helfen entsprechende Trainingsvorbereitungen und –methoden den Sporttreibenden optimal auf die körperliche Betätigung vorzubereiten. Zu den verletzungspräventiven Trainingsvorbereitungen gehören Kräftigung und Stabilisation, Beweglichkeit und Mobilisation, sensomotorisches Training sowie Koordinationstraining.

Ergänzende Betreuung sowohl in medizinischer als auch nicht-medizinischer Hinsicht optimiert die Trainingserfolge.

Technische und politische Maßnahmen wie auch gelebte Regeln ordnen gesundheitsförderndes Verhalten im Sport. Um Sicherheitsmaßnahmen vorzukehren und Schäden zu vermeiden spielt die Aufsichtspflicht, insbesondere bei Kindern und Jugendlichen, eine wichtige Rolle. Die Aufsichtsperson sorgt dafür, dass Gebote und Verbote eingehalten werden und arbeitet daran, das Risiko vor Schäden für alle Beteiligten möglichst gering zu halten. Viele Vereine haben bereits wichtige Werte in einem Vereinsleitbild verankert. Das aktive Leben dieser definierten Werte im gesamten Verein führt zum fairen und respektvollen Miteinander im Sport und wirkt sich positiv auf die Sozialkompetenz eines jeden Teilnehmenden aus. Eine klare ablehnende Haltung des Vereins hinsichtlich leistungssteigernder Mittel in sämtlichen Sportbereichen beugt ebenfalls (langfristigen) Schäden der Sporttreibenden vor. Dies setzt voraus, dass diese Linie im Ganzen Verein auch aktiv verfolgt wird.

Für die Umsetzung der präventiven Sicherheitsmaßnahmen im Verein ist jede einzelne Übungsleitung der Schlüssel zum Erfolg. Eine entsprechend fachliche Ausbildung ist die Basis für gesundheitsorientiertes Anleiten zum Sporttreiben.

Die Übungsleitung muss verantwortungsvoll handeln und den Leitgedanken Sicherheit stets im Hinterkopf haben, um so Gefahren rechtzeitig erkennen zu können. Gefahren können nicht nur von den Räumlichkeit/Anlage und den verwendeten Geräten ausgehen, sondern auch von den Sporttreibenden selber. Hier ist die Aufgabe der qualifizierten Übungsleitung durch eigenes Verhalten, Hinweise oder Maßnahmen die Teilnehmenden vor den Gefährdungen durch Handeln entsprechend zu schützen.

Der Vorstand muss dafür Sorge tragen, dass die Übungsleitung diesen Qualitätsstandard hinsichtlich Sicherheit erfüllt und unterstützt mit jährlichen Unterweisungen zum Thema Sicherheit.