



**Empfehlungen für die  
öffentlichen Schulen  
zur Durchführung von  
Sportaktivitäten im Freien**

## Inhaltsverzeichnis

<b>Empfehlungen für die öffentlichen Schulen</b>	<b>1</b>
<b>1 Zielsetzungen</b>	<b>3</b>
<b>2 Ausgangslage und Problemstellung</b>	<b>3</b>
<b>3 Empfehlungen</b>	<b>3</b>
3.1 Pädagogik, Sicherheit und Rahmenbedingungen	3
3.2 Inhalte des Sportunterrichts	4
3.3 Einmalige Bewegungserlebnisse	4
3.4 Entscheidungskriterien und Auswahl	4
3.5 Sicherheit	5
3.6 Orientierungshilfen	5
3.7 Sportarten, die für den Sportunterricht nicht empfohlen sind:	5

**Website:** [www.erz.be.ch/sport](http://www.erz.be.ch/sport)



## 1 Zielsetzungen

Die vorliegenden Empfehlungen sollen den Lehrkräften und Schulleitungen an den Volksschulen und an den Schulen der Sekundarstufe II, welche Schullager, Exkursionen, Sporttage und Aktivitäten im Freien organisieren und bewilligen, als Entscheidungshilfe dienen.

## 2 Ausgangslage und Problemstellung

Sport ist ein obligatorisches und bei den meisten Schülerinnen und Schülern beliebtes Schulfach sowie eine der wichtigsten Freizeitbeschäftigungen unserer Jugendlichen.

Sportangebote können wesentlich zur Attraktivität der Institution Schule beitragen. Grundsätzlich ist es begrüssenswert, wenn Lehrkräfte den Unterricht mit Sport- und Bewegungsangeboten auflockern und die Jugendlichen damit begeistern.

Der Sportunterricht – in Lehrplänen und Lehrmitteln ausführlich dargestellt – enthält verschiedene Sinnrichtungen, welche im regelmässigen wöchentlichen Sportunterricht (in Einzel- oder Doppellektionen, meist in Hallen) nur eingeschränkt eingebaut werden können. Wenn das Ziel „erfahren“ oder „entdecken und erleben“ heisst, so eignen sich Outdoor-Aktivitäten und Trendsportarten besonders gut und können eine echte Bereicherung sein. Die für solche Outdoor-Tätigkeiten notwendigen Rahmenbedingungen sind für viele Schulen nur anlässlich speziellen Angeboten (Studien- und Sportwochen, Sporttage, u.ä.) vorhanden.

Das Angebot an attraktiven Freizeitsportmöglichkeiten ist stark gewachsen und für viele Lehrkräfte kaum überblickbar. Die Palette reicht von kommerziellen Angeboten von Freizeitunternehmen, die keine speziellen physischen Voraussetzungen verlangen und einfach ausprobiert werden können, bis zu Bewegungs- und Gemeinschaftserlebnissen in der Natur. Die Auswahl reicht von Bowling über Hornussen zum Baden und Rutschen in Plauschbädern, vom River Rafting zum Gleitschirmfliegen. Teilweise ist mit solchen Aktivitäten ein erhöhtes Sicherheitsrisiko verbunden.

Die Entwicklung des Sports, insbesondere das Aufkommen neuer Trendsportarten, geht nicht spurlos am Schulsport vorbei. Sie hat dazu geführt, dass in den Schulen im Kanton Bern vermehrt Outdoor-Aktivitäten aus der breiten Angebotspalette von Bewegungs-/ Erlebnis-/ Plausch- und Sportmöglichkeiten durchgeführt werden.

## 3 Empfehlungen

### 3.1 Pädagogik, Sicherheit und Rahmenbedingungen

Grundsätzlich sind bei allen speziellen Sportanlässen die drei Bereiche **Pädagogik**, **Sicherheit** und **Rahmenbedingungen** in die Überprüfung einzubeziehen:

#### **Pädagogik**

Ist das Angebot pädagogisch sinnvoll? Welche Ziele (vgl. Lehrpläne und –mittel) sollen erreicht werden?  
Ist es stufen- und altersgerecht?

#### **Sicherheit**

Ist das Angebot sicherheitstechnisch durchdacht? (z.B. bezüglich Ausrüstung, Gruppengrössen,

Qualifikation der Leitenden)

### Rahmenbedingungen

Sind die notwendigen Rahmenbedingungen erfüllt? (Topografie, Klima, An- und Rückreisezeiten, Leistungsfähigkeit der Jugendlichen, etc.)

## 3.2 Inhalte des Sportunterrichts

Die Inhalte des Sportunterrichts orientieren sich an den gültigen Lehrplänen. Die nationalen Lehrmittel „Sporterziehung“ bilden die Grundlage für deren Umsetzung. Die Lehrmittelreihe enthält eine Vielzahl von Anregungen insbesondere für Lager, Projektunterricht und bewegte Schule.

Besonders geeignet für Sport und Bewegung im Freien sind die Broschüren 6 (Im Freien) und 7 (Übergreifende Anliegen) sämtlicher Bände der Lehrmittelreihe. Bezugsquelle für die Lehrmittel „Sporterziehung“, Band 1-6: Schulverlag plus AG, Belpstrasse 48, Postfach 366, 3000 Bern 14 oder unter [mobilesport.ch](http://mobilesport.ch).

## 3.3 Einmalige Bewegungserlebnisse



Einmalige Bewegungserlebnisse können innerhalb der Sinnrichtungen „Erfahren“ und „Entdecken“ durchaus wertvoll sein; es fehlt ihnen jedoch der (Lern-) Prozess, welcher für eine überdauernde Wirkung im Sinne des übergeordneten Ziels, Schülerinnen und Schüler zu lebenslangem Sporttreiben hinzufügen, notwendig wäre. Die Vermittlung attraktiver „Kicks“, z.B. bei einmaligen Flugerlebnissen (Bungy-Jumping, Partner-Gleitschirmflug), ist nicht Aufgabe der Schule. Solche einmaligen, kurzfristigen Erlebnisse, vor allem wenn sie noch mit einem hohen Sicherheitsrisiko verbunden sind, sollen

nicht bewilligt werden. Zu begrüssen sind hingegen, auch wenn es allenfalls bei der Einmaligkeit bleibt, gut vorbereitete Unternehmungen wie Bergwanderungen, Velo- und Inline-Touren oder Schwimmen in einem stillen Gewässer.

Voraussetzung: **Pädagogik**, **Sicherheit** und **Rahmenbedingungen** sind überprüft.

## 3.4 Entscheidungskriterien und Auswahl

Die immer grösser werdende Vielfalt von Sportarten und Aktivitäten verlangt von der Schule und vom Schulsport eine durchdachte Auswahl.

Als Entscheidungskriterien für eine differenzierte Überprüfung sind massgebend:

- Das Sicherheitsrisiko
- Die Schulstufe
- Die personellen Voraussetzungen (z.B. spezielle Qualifikationen von Lehrkräften)
- Die situativen und geografischen Voraussetzungen (z.B. betr. verfügbare Anlagen)
- Der Bezug zu den Lehrplänen und Lehrmitteln

- Die positiven gesundheitlichen Wirkungen
- Die ökologischen Auswirkungen (löst die Sportart zusätzlichen Verkehr aus? Wird die Natur übermässig beansprucht?)
- Der Materialaufwand
- Die Kosten
- Die Umsetzungsmöglichkeiten für die Schülerinnen und Schüler (Kann die Sportart in der Freizeit und im späteren Leben eigenverantwortlich und möglichst auch im Sinne eines „lebenslangen Sporttreibens“ ausgeübt werden oder bietet die Aktivität einen wesentlichen Beitrag zur Persönlichkeitsentwicklung in den Bereichen „Erfahren“ und „Entdecken“?)

### 3.5 Sicherheit

Der Sicherheit der Schülerinnen und Schüler ist grösste Beachtung zu schenken!

Die notwendigen Qualifikationen holen sich die Lehrkräfte in ihrer Ausbildung (z.B. entsprechende SLRG Brevets und Module), in der Fortbildung, in J+S-Leiterkursen oder in speziellen Ausbildungen (Unterrichtsbefähigung Sport, Bergführer etc.).

### 3.6 Orientierungshilfen

Als Orientierungshilfen dienen:

- Die Bestimmungen von [Jugend+Sport](#) (die Leitfäden zur Durchführung von J+S-Angeboten sind unter den entsprechenden Sportarten -> Downloads zu finden.)
- [Leitfaden zur Durchführung von J+S-Angeboten Schulsport mit Kindern und Jugendlichen](#)
- [Ratgeber Unfallverhütung – Sport und Bewegung](#) von der Beratungsstelle für Unfallverhütung (bfu),
- die [Empfehlungen zur Prävention in der Freizeit](#) von der Schweizerischen Unfallversicherungsanstalt (SUVA)
- [Merkblatt für Schulausflüge an und ins Wasser](#) der SLRG

### 3.7 Sportarten, die für den Sportunterricht nicht empfohlen sind:

- Sämtliche Motorsporttätigkeiten
- Sämtliche Flugsporttätigkeiten (Motor- und Segelfliegen, Hängegleiten, Deltasegeln, Gleitschirmfliegen, Fallschirmspringen, Ballonfahren, Bungy-Jumping, usw.)
- Sämtliche Kampfsportarten, die den Niederschlag (K.O.) des Gegners zulassen (Trainings- und Übungsformen von Kampfsportarten mit den entsprechenden Einschränkungen sind dagegen Bestandteil des Sportunterrichts)
- Canyoning
- River Rafting\*
- Hydrospeed
- Gerätetauchen in offenen Gewässern

\*Es sei denn, die Schule wählt einen zertifizierten Anbieter (safety in adventures), der über Erfahrung mit Rafting von Schulklassen verfügt. Zudem ist eine ausführliche schülergerechte Instruktion der Sicherheitsregeln und eine vorgängige Rekognoszierung der Tour durch die verantwortliche Lehrperson zusammen mit dem Anbieter unabdingbar.

Diese Aufzählung ist nicht abschliessend.

