|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Vorhaben** | | |
| **Schulische Veranstaltung:**  Krafttraining als schulische Sportveranstaltung | **Klassen / Gruppengrößen:**  15 Schüler:innen im Alter von 11–16 Jahren | **Verantwortliche Person:**  2 Lehrkräfte (Sportlehrkraft und pädagogische Aufsicht), unterstützt von einem Fitnesstrainer/-trainerin des Fitnessstudios |
| **Schulbezug / pädagogisches Ziel:**  Förderung der koordinativen und konditionellen Fähigkeiten, Körperkontrolle, Selbstdisziplin, Regelakzeptanz, Einordnung in das Bewegungsfeld „Mit und an Geräten trainieren“ gemäß LehrplanPLUS Sport. | **Zeitraum** (Datum, Zeit, Ort):  25.09.2025, 09:00–12:30 Uhr Fitness FitX, Blaubeurer Str. 14-26 · 89077 Ulm | |
| **Zu beachtende Rechtsgrundlagen:**  DGUV Vorschrift 1 und 100-001, LehrplanPLUS Sport Bayern, Schulordnung, Hausordnung der Sportstätte, Einverständniserklärung der Erziehungsberechtigten. | **Beratende / Externe** (Wer sollte hinzugezogen werden bzw. befragt werden?):  Trainer:innen des FitX Ulm (ausgebildete Trainer mit Trainerschein), | |
| **Beschreibung der wesentlichen Faktoren der pädagogischen Gefährdungsbeurteilung** | | |
| **Überlegung zur Tätigkeit / Veranstaltung**  Konditionelles Training (Kraft, Schnelligkeit, Ausdauer, Beweglichkeit) an Geräten und außerhalb von Geräten mit dem eigenen Körpergewicht durch die Durchführung eines Workouts.Vorherige Sicherheitseinweisung. | **Überlegung zum Ort der Tätigkeit / Veranstaltung (inkl. An- und Abreise)**  Fitnessräume im FitX Ulm – ausgestattet mit Trainingsfläche, Matten, Getränke, Umkleiden. Trainer:innen sind mit der Trainingsstätte und Gefährdungen vertraut. Anreise erfolgt über öffentliche Verkehrsmittel in Begleitung einer Lehrkraft oder in Eigenregie der Eltern. | |
| **Überlegung zu den teilnehmenden Personen (Gruppe)**  Gruppe besteht aus Schüler:innen im Alter von 11–16 Jahren, heterogen in Bezug auf Erfahrung und Fitness. Keine bekannten medizinischen Einschränkungen. Aufsichtsschlüssel ausreichend. Gruppendynamik wird beobachtet. | **Überlegung zu den betreuenden Personen (Aufsicht)**  Zwei Lehrkräfte mit Erste-Hilfe-Ausbildung. Ein Sportlehrer, ein Fitnesstrainer:in; Einweisung in Regeln, Technik und Verhalten erfolgt im Vorfeld. | |
| **Erste Hilfe – aktuell ausgebildete Person:** Zwei Lehrkräfte  **Erste Hilfe – Material:** Verbandkasten, Kühlpacks, Handschuhe  **Alamierungsmöglichkeit:** Mobiltelefone mit gespeicherter Notfalladresse. Notfallaufnahme Illertissen | | |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Maßnahmen zur Unfallverhütung für Sicherheit und Gesundheit** | | | |
| **Gefährdungen** | **Risiko bewerten** | **Handeln und Forschreiben** | |
| Auflistung der Gefährdungen | Ankreuzen | Festlegen der Maßnahmen | Überprüfen der Durchführung und Wirksamkeit |
| Verletzung durch Krafttraining | x gering  mittel  hoch | * Vorhergehendes Besprechen und Vormachen einer korrekten Durchführung der Übung. | Visuelle Kontrolle durch Lehrkraft und Trainer:innen; regelmäßige Rückmeldung zum Sicherheitsverhalten. |
| Überlastung / Erschöpfung | x gering  mittel  hoch | * Regelmäßige Trinkpausen, Anpassung an individuelles Leistungsniveau * Die Belastung während des Krafttrainings kann individuell je nach Gerät durch die Schüler selbst angepasst werden | Pausen werden eingehalten, Beobachtung der Belastbarkeit durch Trainer:innen; Rückmeldung durch Teilnehmende. |
| Stolper-/Rutschgefahr | x gering  mittel  hoch | * Geeigneter Bodenbelag, saubere Trainingsfläche, festes Schuhwerk | Sichtkontrolle der Halle vor Veranstaltungsbeginn; stichprobenartige Beobachtung während der Übungseinheiten. |
| Nichtbeachtung der Regeln | x gering  mittel  hoch | * Klare Einweisung, konsequentes Einschreiten bei Regelverstoß | Regelkenntnis wird vorab abgefragt; Rückmeldungen der Trainer:innen zur Einhaltung und ggf. Maßnahmenprotokoll. |
| Aggressionen im Gruppenkontext | x gering  mittel  hoch | * Eigenständiges Training | Beobachtung durch Lehrkraft; bei Vorfällen wird reflektiert und dokumentiert, ggf. Nachbesprechung. |
| Infektionsrisiken | x gering  mittel  hoch | * Hygienevorgaben beachten, Desinfektion von Leihmaterial, keine Teilnahme bei Symptomen | Kontrolle der Hygienemaßnahmen vor und nach der Veranstaltung; Abfrage zu Symptomen bei der Anmeldung. |
| Platzmangel / Raumkollision | x gering  mittel  hoch | * Großes Fitnessstudio und Kursraum. Darüber hinaus ist morgens im Studio wenig los. | Je Gerät maximal zwei Schüler, um sich gegenseitig zu kontrollieren/zu helfen. Trainer/in ist ebenfalls dabei. |
| Psychische Überforderung | x gering  mittel  hoch | * Keine Bewertungssituation, Freiwilligkeit, Unterstützung durch Lehrkraft | Subjektive Rückmeldung der Schüler:innen wird eingeholt; Beobachtung durch Lehrkraft auf Überforderungssignale. |

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Erstellt von Kevin Langer genehmigt

Auf Grundlage der pädagogischen Gefährdungsbeurteilung bewertet und genehmigt die Schulleitung eine Veranstaltung. Verantwortlich in der Durchführung ist die Lehrkraft.

Die Gesamtverantwortung verbleibt jedoch bei der Schulleiterin bzw. beim Schulleiter.

Ein Bild, das Text, Screenshot, Zahl, Schrift enthält.

KI-generierte Inhalte können fehlerhaft sein.