|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Vorhaben** | | |
| **Schulische Veranstaltung:**  Yoga | **Klassen / Gruppengrößen:**  Heterogene Lerngruppe 6. – 10. Jahrgangsstufe (ca. 10 -20 SuS) | **Verantwortliche Person:**  Name der Lehrkraft: Adriana Marka; Martina Schneider |
| **Schulbezug / pädagogisches Ziel:**  Yoga verbindet Konzentration, Achtsamkeit, Atmung, Beweglichkeit, Balance und Körperwahrnehmung. Schüler\*innen lernen Entspannungstechniken kennen, schulen ihre Koordination und Körperhaltung und entwickeln Strategien zum Stressabbau. Förderung von Selbstbewusstsein, Gelassenheit und sozialer Verantwortung. | **Zeitraum** (Datum, Zeit, Ort):  Sporttag 25.09.2025, 14:00 Uhr – 15:30 Uhr; Sportpark Vöhringen, Spiegelsaal | |
| **Zu beachtende Rechtsgrundlagen:**  Aufsichtspflicht, Schulrecht, Hausordnung Sportpark Vöhringen | **Beratende / Externe (Wer sollte hinzugezogen werden bzw. befragt werden?):**  Durchführung in Kooperation mit externem Yoga-Coach. Elterninformation mit Hinweis auf Bewegungsintensität, sportgerechte Kleidung und Einverständniserklärung. Teilnahmegebühr 10,00 €. | |
| **Beschreibung der wesentlichen Faktoren der pädagogischen Gefährdungsbeurteilung** | | |
| **Überlegung zur Tätigkeit / Veranstaltung**  Einführung in Grundlagen des Yoga (Atemübungen, einfache Asanas, Entspannungsübungen). Fokus auf Bewegungsfluss, Körperwahrnehmung und Achtsamkeit. Kein Einsatz riskanter Akrobatik. | **Überlegung zum Ort der Tätigkeit / Veranstaltung (inkl. An- und Abreise)**  Spiegelsaal im Sportpark Vöhringen, glatter, ebener Boden, rutschfeste Matten erforderlich. Genügend Platz zwischen den Teilnehmenden sicherstellen. | |
| **Überlegung zu den teilnehmenden Personen (Gruppe)**  Heterogene Gruppe (Alter, Körpergröße, Fitnessniveau, Beweglichkeit). Mögliche Einschränkungen durch fehlende Dehnfähigkeit oder Gleichgewichtsstörungen. Belastungssteuerung beachten, sportliche oder emotionale Überforderung ist möglich. | **Überlegung zu den betreuenden Personen (Aufsicht)**  Mindestens eine Lehrkraft als Aufsicht. Yoga-Coach übernimmt Fachanleitung. Betreuung orientiert sich an Gruppenstruktur, Vorerfahrung und Sicherheitsbedürfnis. | |
| **Erste Hilfe – aktuell ausgebildete Person:** Lehrkraft ist Ersthelfer\*in (aktuelle Ausbildung Fortbildung 2023)  **Erste Hilfe – Material:** Erste-Hilfe-Kasten vor Ort + mobiles Set der Lehrkraft  **Alamierungsmöglichkeit:** Handy und hausinterne Notrufeinrichtungen | | |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Maßnahmen zur Unfallverhütung für Sicherheit und Gesundheit** | | | |
| **Gefährdungen** | **Risiko bewerten** | **Handeln und Vorschreiben** | |
| Auflistung der Gefährdungen | Ankreuzen | Festlegen der Maßnahmen | Überprüfen der Durchführung und Wirksamkeit |
| Fehlende Körperspannung / Gleichgewicht /Dehnfähigkeit | gering  mittel  hoch | * nur Bodenarbeit * Vorübungen zur schwierigeren Übung | Lehrkraft und Yoga-Coach |
| Überforderung durch Komplexität / Bewegungskombinationen/Schnelligkeit der Übungsfolge | gering  mittel  hoch | * Inhalte differenzieren * Tempo der Übungsfolge verringern | Lehrkraft und Yoga-Coach |
| Schamgefühle / soziale Unsicherheit | gering  mittel  hoch | * Freiwilligkeit betonen * Ziele formulieren | Lehrkraft und Yoga-Coach |
| Muskelzerrungen / mangelndes Aufwärmen | gering  mittel  hoch | * gemeinsames Aufwärmen & Dehnen verpflichtend | Lehrkraft und Yoga-Coach |
| Unfälle durch Ausrutschen (falsches Schuhwerk / Untergrund) | gering  mittel  hoch | * barfüßiges Üben * Üben auf der Yogamatte * keine Schmuckstücke | Lehrkraft und Yoga-Coach |
| Lärm / Reizüberflutung in der Halle | gering  mittel  hoch | * strukturierte Übungsphasen * beruhigende Musik zur Übung | Lehrkraft und Yoga-Coach |
| Allergien (Staub, Materialien) | gering  mittel  hoch | * Vorab-Abfrage * ggf. medizinische Maßnahmen | Lehrkraft und Yoga-Coach |
| Kreislaufprobleme / Erschöpfung | gering  mittel  hoch | * Pausen einplanen * Trinken erlauben * Belastung anpassen | Lehrkraft und Yoga-Coach |

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

Erstellt von 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.