

Kommt der Ball auch schnell daher: richtig fangen, bitte sehr!

## Bleib am Ball!

Strategien, Methoden, Praxis und Standortbestimmung zur richtigen und sicheren Ballspieltechnik im Schulsport in der 5. - 8. Schulstufe

Eine Initiative der AUVA für mehr Sicherheit und Gesundheit. [www.auva.at](http://www.auva.at)

## Kontakt

**Web:** [www.bleibamball.info](http://www.bleibamball.info)  
**E-Mail:** [info@bleibamball.info](mailto:info@bleibamball.info)

Bleiben Sie mit uns am Ball!  
 Wir freuen uns darauf, Sie zu unterstützen!

## Kontaktieren Sie uns!

Weiterführende Informationen erhalten Sie im Internet unter [www.auva.at](http://www.auva.at), bei der für Sie zuständigen AUVA-Landesstelle oder AUVA-Hauptstelle sowie – falls Ihr Betrieb von AUVAsicher betreut wird – von Ihrer AUVAsicher-Präventivfachkraft.

## Ihr Kontakt zur AUVA

Die Telefonnummer Ihres regional zuständigen Unfallverhütungsdienstes bzw. Ihres AUVAsicher-Präventionszentrums finden Sie unter [www.auva.at/phone](http://www.auva.at/phone)



Medieninhaber und Hersteller:  
 Allgemeine Unfallversicherungsanstalt  
 Adalbert-Stifter-Straße 65, 1200 Wien  
 Verlags- und Herstellungsort: Wien

Aus Gründen der besseren Lesbarkeit wird auf die gleichzeitige Verwendung männlicher und weiblicher Sprachformen verzichtet. Sämtliche Personenbezeichnungen gelten für beide Geschlechter.

Kommt der Ball auch schnell daher: richtig fangen, bitte sehr!

## Bleib am Ball!

Strategien, Methoden, Praxis und Standortbestimmung zur richtigen und sicheren Ballspieltechnik im Schulsport in der 5. - 8. Schulstufe



## Eine runde Sache

Ballspiele sind eine runde Sache – in jeder Hinsicht. Denn das Spiel mit dem Ball fördert Teamgeist und Fairplay, bewirkt eine Verbesserung der koordinativen Fähigkeiten und steigert so die motorische Kompetenz. Motorisch gut entwickelte Schülerinnen und Schüler reagieren in gefährlichen Situationen intuitiv richtig.

**Fazit: Unfallursachen werden verhindert, Unfallfolgen vermindert – Bewegungs- und Ballspielkompetenz macht's möglich.**



## Unfallursachen & Präventionsansätze

Die Unfallstatistik zeigt, dass rund die Hälfte aller Schulsportunfälle beim Ballsport verzeichnet wird. Mit rund 30.000 Verletzungen bzw. 37% machen Hand- und Fingererletzungen den größten Anteil der insgesamt rund 80.000 Ballsportverletzungen aus.

Handverletzungen beim Ballspiel hängen ursächlich zumeist mit dem Annehmen, Fangen oder Abwehren eines Balles zusammen, wobei auch das jeweilige Raum- und Zeitgefühl (Orientierung, Reaktion, Gleichgewicht) von Bedeutung ist. Hauptunfallursachen im Rahmen des Ballsports sind koordinative Schwächen, Überforderung und mangelnde technische Grundfertigkeiten.

Das gezielte Erlernen und Automatisieren dieser ballspezifischen Bewegungstechniken („richtige Ballspieltechnik“) muss daher mit Kindern und Jugendlichen immer wieder trainiert werden.



## Das neue Angebot der AUVA im Bereich Bewegung und Sport

### • Broschüre „Bleib am Ball!“

Diese Broschüre gibt Sportlehrkräften wertvolle Empfehlungen, Informationen und Anleitungen zur Förderung der richtigen und sicheren Ballspieltechnik und zur praktischen Umsetzung von Unfallpräventionsmaßnahmen im Rahmen des Ballsportunterrichts. Zahlreiche Checklisten motivieren Schülerinnen und Schüler sowie Lehrkräfte zu aktivem Handeln.

### • Praxistraining „Bleib am Ball!“

Zur Förderung der Ballspielkompetenz von Schülerinnen und Schülern führt der AUVA Safety-Guide gemeinsam mit der Lehrkraft ein Modelltraining durch. Eine ballspieltechnische Standortbestimmung rundet das Praxistraining ab.