



# Sicherheit in Jugend+Sport

## Einleitung

### Verantwortung wahrnehmen

Wer als Leiterin oder als Leiter mit Kindern und Jugendlichen Sport treibt, sich mit ihnen auf eine Wanderung oder ins Lager begibt oder an einem Wettkampf teilnimmt, hat die Obhutspflicht und übernimmt Verantwortung für die Unversehrtheit der Teilnehmenden.

Kein Leiter und keine Leiterin soll aus Respekt vor dieser Verantwortung auf Sport mit Kindern und Jugendlichen verzichten. Es gehört aber zu den Kernaufgaben jeder Leiterin und jedes Leiters, allgemeine und sportartspezifische Sicherheitsvorschriften zu kennen und zu beachten, Risiken vorauszusehen und mit entsprechenden, den Verhältnissen angemessenen und zumutbaren Massnahmen einzuschränken. Jugend+Sport unterstützt sie darin durch die Ausbildung im Leiterkurs und mit den folgenden Ausführungen.

### Big fun – small risk

Jede Tätigkeit ist mit Risiken verbunden. Mit dem Beachten der Sicherheitsvorschriften und Empfehlungen tragen Leiterinnen und Leiter dazu bei, dass für J+S-Sportangebote gilt: Viel Spass – wenig Risiko!

Dieses Merkblatt entstand in Zusammenarbeit mit der bfu – Beratungsstelle für Unfallverhütung. Die bfu hat eine Reihe von weiterführenden Merkblättern zur Unfallprävention erarbeitet. Sie können unter [www.bfu.ch](http://www.bfu.ch) angefordert bzw. heruntergeladen werden.



# Allgemeine Sicherheitsvorschriften

## Geltungsbereich

### Sachlich

Die allgemeinen Sicherheitsvorschriften gelten zusammen mit den sportartspezifischen für jede bewilligte J+S-Aktivität. Sie geben den Rahmen vor. Leiterinnen und Leiter fällen ihre Entscheide innerhalb dieses Rahmens unter Berücksichtigung der jeweiligen Situation.

### Zeitlich

Die Sicherheitsvorschriften gelten

- bei aufgeteilten J+S-Kursen vom Beginn bis zum Abschluss der J+S-Tätigkeit am betreffenden Tag.
- in Lagern während des ganzen Tages (24 Stunden).
- auf gemeinsam zurückgelegten Reisen.

### Personell

Sämtliche am J+S-Anlass beteiligten Leiterinnen und Leiter, die Teilnehmenden sowie das gemeldete Kurspersonal haben die Sicherheitsvorschriften einzuhalten.

## Vorschriften für spezielle Situationen

- Beim Baden ausserhalb beaufsichtigter Badeanstalten muss pro zwölf Teilnehmende mindestens eine Person mit SLRG-Brevet 1 anwesend sein und die Teilnehmenden beaufsichtigen.
- Wanderungen dürfen nur über ungefährliche Routen führen. Alpintechnische Tätigkeiten (Felsklettern, Seilgebrauch, Pickelhandhabung) und das Begehen von Gletschern sind verboten (Ausnahme: Sportarten Bergsteigen und Skitouren).
- Kletterwände dürfen nur nach vorgängiger Instruktion der Leitung und unter ihrer Aufsicht benutzt werden.
- Das Begehen touristisch erschlossener Höhlen ist gestattet. Die gesicherten Wege dürfen nicht verlassen werden.
- Bei gemeinsamen Busfahrten müssen Kinder unter 7 Jahren mit einem ECE-R-44-geprüften Kindersitz gesichert sein. Für Kinder bis 12 Jahren und unter 150 cm Körpergrösse empfiehlt die bfu eine Kinderrückhaltevorrichtung.

## Ausgeschlossen

Von J+S ausgeschlossene Sportaktivitäten:

- sämtliche Motor- und Flugsporttätigkeiten,
- sämtliche Kampfsportarten, die den Niederschlag des Gegners zulassen,
- Canyoning, Hydrospeed, Gerätetauchen.

Diese Aufzählung ist nicht abschliessend und kann, je nach Entwicklung von neuen Sportarten, erweitert werden.

Jugend+Sport empfiehlt, von besonders risikoreichen Sportaktivitäten abzusehen und den Kindern und Jugendlichen Erlebnisse in risikoarmen Sportarten zu ermöglichen.

# Empfehlungen und Checklisten

## Rahmenbedingungen festlegen

Umfassende Information und klare Absprachen tragen dazu bei, Missverständnisse und damit vielleicht Unfälle zu vermeiden.

### Grundregeln

Das Leiterteam

- trifft klare Absprachen bezüglich Aufgaben, Verantwortlichkeiten, Terminen, Zeiten usw. und sorgt dafür, dass alle Teilnehmenden diese kennen.
- erarbeitet mit den Kindern und Jugendlichen generell oder situativ Regeln für sicheres Verhalten und Fairplay und achtet mit ihnen darauf, dass diese eingehalten werden.
- hält für ausgewählte Situationen ein «Notfallkonzept» bereit.
- geht mit gutem Beispiel voran.

## Vertrauen schaffen

Regelmässige Kontakte mit Eltern, Vereinsfunktionären und Behördemitgliedern tragen dazu bei, dass man die Erwartungen und Ziele kennt und dass man sich näher kommt. Gegenseitiges Vertrauen kann entstehen. Es ist, zusammen mit den Kompetenzen der Leiterin, des Leiters, das eigentliche Betriebskapital des «Unternehmens Jugend+Sport».

## Checklisten

Auch auf seinen 100. Start bereitet sich der Linienpilot vor, indem er sorgfältig Punkt für Punkt seiner Checkliste durchgeht. Natürlich kennt er die Startvorbereitungen, die Handgriffe und Einstellungen längst auswendig. Allein das gewissenhafte Checken der Liste und die Kontrolle durch den Kollegen im Cockpit geben Gewissheit, nichts unterlassen zu haben.

Ausgebildete J+S-Leiterinnen und -Leiter kennen die Risiken ihrer Sportart. Sie verstehen es, sie durch sorgfältige Vorbereitung und umsichtiges Verhalten zu minimieren, und sie beachten die sportartspezifischen Sicherheitsvorschriften. Ein Blick auf die folgenden Checklisten, vor allem bei zusätzlichen Sporttätigkeiten, und durchdachte Absprachen im Leiterkollegium erhöhen die Gewissheit, das Wesentliche beachtet zu haben. Die Checklisten enthalten nur einige wichtige Punkte. Es ist Aufgabe der Leiterinnen und Leiter, diese an die konkrete Situation anzupassen und allenfalls zu ergänzen.

## Checkliste Baden

- Habe ich den Badeort rekognosziert (Wassertiefe und -temperatur, Strömung, Ein- und Ausstieg, möglicher Pegelanstieg usw.)?
- Überblicke ich meine Gruppe (maximal zwölf Teilnehmende pro Leiter/Leiterin) auch im Wasser jederzeit?
- Kennen und respektieren wir die Bade- und wo nötig auch die Flussregeln der SLRG? Insbesondere kleine Kinder müssen in Reichweite überwacht werden.
- Habe ich vorgängig kontrolliert (z. B. mit einem Test im Schwimmbad), ob die Teilnehmenden gut schwimmen können?
- Bin ich mit meinen Kenntnissen und Fähigkeiten im Rettungsschwimmen (mindestens SLRG Brevet 1) à jour?

## Checkliste Wandern

- Ist die Wanderung den Fähigkeiten der Teilnehmenden angepasst, und habe ich sie rekognosziert?
- Ist unsere Ausrüstung (gute Schuhe, Wetter- inkl. Sonnenschutz, Proviant und Getränke) den Erfordernissen angepasst und vollständig?
- Habe ich unsere Gruppe vor dem Start mit Routenangabe abgemeldet (z. B. in der Unterkunft), und habe ich vorgemerkt, wann und bei wem ich uns wieder zurückmelde?
- Habe ich eine alternative Route und ein Reaktionsdispositiv für plötzlichen Wetterumsturz oder andere unvorhergesehene Zwischenfälle vorgesehen?
- Bleiben wir auf den markierten (Berg-)Wanderwegen und sind bereit, bei Schwierigkeiten (auch kleine, harte Schneefelder können sehr gefährlich sein!) umzukehren?

Herausgeber: Bundesamt für Sport BASPO  
Autoren: Barbara Boucherin, Hans-Ulrich Mutti (J+S);  
Monique Walter, Christoph Müller (bfu)  
Ausgabe: April 2009  
Copyright: Bundesamt für Sport BASPO  
Internet: [www.baspo.ch](http://www.baspo.ch)

Bezugsquelle:  
Bundesamt für Sport BASPO  
J+S-Dokumentation  
2532 Magglingen  
E-Mail: [dok.js@baspo.admin.ch](mailto:dok.js@baspo.admin.ch)

Best.-Nr. 30.80.110 d

## Checkliste Inline-Skating

- Tragen wir die komplette Schutzausrüstung (Handgelenk-, Ellbogen- und Knieschoner sowie Helm)?
- Fahren und stehen wir immer in der stabilen «Ready-Position» (Nase, Knie und Schuhspitze bilden eine vertikale Linie)?
- Benützen wir Skates mit Bremsklotz und beherrschen wir mindestens eine Bremstechnik?
- Haben wir das Vorwärts-Stürzen (Falltechnik) im Griff?
- Fahren wir nur auf Verkehrsflächen, die von fahrzeugähnlichen Geräten benützt werden dürfen?

## Checkliste Biken/Velofahren

- Tragen wir einen gut angepassten Helm?
- Sind die Fahrräder verkehrstüchtig (Bremsen, Licht, Reflektoren, Vignette)?
- Fahren wir in Gruppen von 4 bis 7 Personen und halten dazwischen Abstände von 150 m ein, damit überholende Fahrzeuge «zwischenlanden» können?
- Sind wir für die übrigen Verkehrsteilnehmenden gut sichtbar (z. B. Bekleidung mit Reflektoren)?
- Biken wir mit angepasster Geschwindigkeit, vor allem bei Abfahrten?

## Checkliste Strassenverkehr

- Reisen wir nach Möglichkeit mit öffentlichen Verkehrsmitteln?
- Kontrolliere ich, ob alle Teilnehmenden angegurtet sind?
- Sind Vorrichtungen zur Gepäcksicherung (abgetrennter Gepäckraum, Fangnetze oder -gitter, Dachträger) vorhanden?
- Fahre ich mit der Geschwindigkeit, die der Situation und dem Fahrzeug (Fahrverhalten bei Kleinbussen berücksichtigen) angepasst ist?
- Sind wir als Fussgänger gut sichtbar (lichtreflektierendes Material und auffällige, helle Kleider tragen)?