



Generelle sicherheitsrelevante Aspekte

J+S-Leiterinnen und J+S-Leiter

- sorgen dafür, dass alle Kinder und Jugendlichen Hallensportschuhe mit rutschfester Sohle tragen (keine Jogging-schuhe) und dass Uhren, Schmuck usw. abgelegt oder allenfalls abgeklebt werden.
- gewährleisten, dass jegliche Rutsch- und Stolpergefahren so schnell wie möglich behoben werden (z. B. durch das Wegräumen von nicht benutzten Bällen oder das Trocknen von feuchten Stellen am Boden).
- stellen das Einhalten von Regeln und faires Verhalten im Training und im Wettkampf sicher.

Persönliche Ausrüstung

J+S-Leiterinnen und J+S-Leiter

- sensibilisieren die Spieler/innen beim Wiedereinstieg nach einer Gelenkverletzung (Sprunggelenk, Finger) geeignete Schutzausrüstung zu tragen (z. B. Sprunggelenkstütze, Tapeverband).
- regen Brillenträger/innen an, Kontaktlinsen oder eine sporttaugliche Brille zu tragen.
- sorgen dafür, dass alle Spieler/innen Knieprotektoren tragen.

Präventionsmassnahmen bei der Sportaktivität

J+S-Leiterinnen und J+S-Leiter

- führen zu Beginn jeder Trainingseinheit und vor jedem Spiel ein Aufwärmprogramm durch, wobei insbesondere auch die Finger mobilisiert werden.
- führen regelmässig Stabilisierungsübungen für die Fuss-, Knie- und Schultergelenke sowie angemessene Kräftigungs- und Dehnprogramme für die Rumpf-, Bein- und Schultermuskulatur durch.
- vermitteln eine korrekte Wurf- und Landetechnik und nehmen im Fall einer falschen Technik die notwendigen Korrekturmassnahmen vor.
- sorgen für eine alters- und niveauangepasste Trainings- und Wettkampfintensität. Das gilt insbesondere beim Wiedereinstieg nach einer Trainingspause (z. B. nach Verletzung oder Krankheit).
- organisieren Übungen und Spielformen so, dass das Risiko von Unfällen durch Zusammenstösse oder Balltreffer möglichst vermieden wird (Wurfbahnen, Position der Passspieler/innen, Führen von Diskussionen ausserhalb der Gefahrenzone).

Kindersport

J+S-Leiterinnen und J+S-Leiter

- wenden das Tchoukball Kindersport Konzept an
www.tchoukball.ch > Ressourcen > Domäne wählen: Junioren > PDF «Tchoukball-Konzept Kindersport».
- sorgen dafür, dass alters- und niveauangepasste Regeln verwendet werden.
- benutzen alters- und niveaugerechte Bälle (Ballgrösse und -material, Luftdruck).