Unfallprävention
BOGENSCHIESSEN

Allgemeines
Trainerinnen und Trainer

- gewährleisten bei ihrer Tätigkeit eine aktive, dem Entwicklungsstand der Teilnehmenden entsprechende Aufsicht.
- regen zu einem bewussten Umgang mit den Sportgeräten bei höchster Sicherheit an.
- achten auf genügend Platz, auf und hinter der Schießlinie.
- halten sich an die geltenden Regeln für das Sportschießen und die Sicherheitsvorschriften.

Persönliche Ausrüstung
Trainerinnen und Trainer

- sorgen dafür, dass alle Kinder und Jugendlichen dämpfende, rutschsichere Hallen-Sportschuhe mit seitlichem Halt tragen (keine Joggingschuhe).
- achten darauf, dass alle Kinder und Jugendlichen gut haltende Griffbänder an den Rackets haben.
- achten darauf, dass in besonders gefährdenden Situationen (z.B. Feeding aus kurzer Distanz) immer Schutz- oder sporttaugliche Brillen getragen werden.
- sensibilisieren Brillenträger:innen, Kontaktlinsen oder eine sporttaugliche Brille zu tragen.
- sensibilisieren Spieler:innen beim Wiedereinstieg nach einer Gelenksverletzung einen Gelenksschutz zu tragen (z.B. Sprunggelenksstütze, Tapeverband).

Präventionsmaßnahmen bei der Sportaktivität
Trainerinnen und Trainer

- führen für alle Trainings und Wettkämpfe ein zielgerichtetes Aufwärmen und Auslaufen durch.
- führen regelmäßig Stabilisierungsübungen für die Fuß-, Knie- und Schultergelenke sowie angemessene Kräftigungs- und Dehnprogramme für die Rumpf-, Bein- und Schultermuskulatur durch.
- vermitteln eine korrekte Schlag- und Lauftechnik.
- organisieren Übungen und Spielformen so, dass Kollisionen mit Personen und Treffer von Racket oder Shuttles möglichst vermieden werden (z.B. genügend Abstand, Einhaltung von Feldbegrenzungen, Positionierung von Zuspielenden, Gespräche außerhalb der Gefahrenzone).
- sorgen für eine alters- und niveauangepasste Trainings- und Wettkampfintensität. Das gilt insbesondere beim Wiedereinstieg nach einer Trainingspause (z.B. Verletzungen oder Krankheiten).

Präventionsmaßnahmen bei der Sportaktivität
Trainerinnen und Trainer

- setzen angepasstes Kinderbadmintonmaterial (z.B. verkürzte Rackets) und angepasste Spielregeln (Feldgröße, Netzhöhe) ein.