Springen auf dem grossen Trampolin in der Schule

Das Springen auf dem grossen Trampolin fasziniert die Schülerinnen und Schüler. Wenn sie das Gerät im Geräteraum sehen, dann möchten sie es auch ausprobieren. Es herrscht jedoch bei Schulbehörden und Lehrpersonen eine grosse Unsicherheit, ob und wie das grosse Trampolin benutzt werden darf. Zudem häufen sich die Anfragen zu den Anforderungen und Voraussetzungen für die Nutzung des Trampolins im Unterricht, da nur in einigen Kantonen Vorgaben der Behörden existieren.

Die Arbeitsgruppe unter der Leitung des Schweizerischer Verbandes für Sport in der Schule (SVSS) mit Mitgliedern der Beratungsstelle für Unfallverhütung (bfu), von Jugend und Sport (J+S), des Schweizerischen Turnverbandes (STV) und des Dozentenverbandes Geräteturnen und Akrosport der Schweizer Hochschulen (GAS) hat sich deshalb zum Ziel gesetzt, eine Empfehlung für den Umgang mit dem grossen Trampolin an den Schulen zu formulieren.

Die Arbeitsgruppe will das sichere Trampolinspringen an den Schulen mit den unten stehenden Hinweisen ermöglichen und fördern.

Lehrplan

Das Trampolinspringen ist meist in den Lehrplänen der Kantone als Sportart nicht aufgeführt. Dabei lassen sich für den Schulsport unverzichtbare Themen wie *Springen*, *Fliegen*, *Drehen Landen* und *koordinative Fähigkeiten* hervorragend und attraktiv auf diesem Gerät umsetzen. Zudem können damit die im Lehrplan 21 erwähnten Kompetenzen geübt werden (z. B. «können kraftvoll vom Sprunggerät abspringen, im Flug Bewegungen ausführen und kontrolliert landen / können Roll- und Drehbewegungen unter erschwerten Bedingungen ausführen»).

Ausbildung

Viele diplomierte Sportlehrpersonen mit dem ESK-Diplom 1 und 2 (vor Bologna-Reform) haben im Rahmen ihres Studiums eine Einführung ins Trampolinspringen erhalten. Sie wissen, worauf zu achten ist und wie man sichern muss. Sofern sie diese Ausbildung genossen haben, sind sie grundsätzlich kompetent, das Trampolinspringen in den Unterricht einzubauen.

Jene Lehrpersonen, die seit der Umsetzung der Bologna-Reform Sport- und/oder Bewegungswissenschaften studieren oder die Ausbildung zur Primarlehrperson absolvieren, sind meistens nicht mehr oder nur ungenügend im Trampolinspringen ausgebildet.

Es wird empfohlen, bei allen Lehrpersonen nachzufragen, ob sie eine Ausbildung auf dem grossen Trampolin erhalten haben und sich kompetent fühlen, auf diesem Gerät zu unterrichten.

Erforderliche Kompetenzen *(in Anlehnung an die Richtlinien des Kantons AG/Januar 2012)*

Lehrpersonen müssen nicht unbedingt über einen Ausweis verfügen, sondern nachweisbar die folgenden Punkte beherrschen:

- Das Trampolin fachgerecht aufstellen und wegräumen können
- Die Sicherheitsregeln fürs Trampolinspringen kennen und durchsetzen können (z. B. in der Praxisbeilage Nr. 49, 1/09, S. 2 → www.mobilesport.ch)
- Den methodischen Aufbau der zu unterrichtenden Sprünge kennen und umsetzen können
- Die spezifischen Risiken der zu unterrichtenden Sprünge kennen
- Eine zweckmässige Hallenorganisationen kennen und anwenden können
- Die Betreuung des Trampolinspringens während der ganzen Unterrichtssequenz gewährleisten
- Das springbereite grosse Trampolin nie unbeaufsichtigt lassen (Pause)

Bestehende Weiterbildungsmöglichkeiten

Liegt die Ausbildung am Trampolin schon einige Jahre zurück oder es gibt Bedenken, ob die Kompetenz betreffend Unterrichten auf dem Trampolin auf dem aktuellen Stand ist, dann sollte auf jeden Fall eine Aus- oder Weiterbildung besucht werden.

Folgende Möglichkeiten stehen zur Auswahl:

- für J+S-Leitende: Besuch des J+S Moduls «Trampolin Anwenden 1» (2 Tage)
  → Die sportartspezifischen Zulassungsbedingungen finden Sie hier:
  https://www.jugendundsport.ch/de/sportarten/trampolin-uebersicht/aus-und-weiterbildung.html
- für Sport unterrichtende Lehrpersonen: Besuch der SVSS-Weiterbildung «Trampolin Anwenden 1» (2 Tage)

Rechtliches

Generell gilt für den gesamten (Sport-) Unterricht, dass die Lehrperson für die Unversehrtheit der ihr anvertrauten Schülerinnen und Schüler verantwortlich ist. Dazu müssen alle erforderlichen und zumutbaren Sicherheitsmassnahmen ergriffen werden. Zusätzlich sind allfällige Weisungen und Richtlinien von Schulleitung und Kanton zu berücksichtigen.

Literatur und weiterführende Links

Die Arbeitsgruppe «Springen auf dem grossen Trampolin» empfiehlt:

- BASPO (Hrsg.). (2015). Merkblatt J+S/bfu/STV/Satus «Unfallprävention im Trampolin»
- Eurotramp → «Education Programm» von Eurotramp mit Videos zu Auf- und Abbau, Hilfestellungen und weiteren Inhalten. Kostenlose Registrierung erforderlich.
- BASPO (Hrsg.). (2009). Trampolin, mobile praxis 49 (*mobile* 1 / 09)
- BASPO (Hrsg.). (2001). *J+S-Handbuch Geräte- und Kunstturnen, Trampolin.* Magglingen: BASPO.
- bfu: Ratgeber Riesentrampolin
- Bucher, W. (Hrsg.) (2010). *1008 Spiel- und Übungsformen im Geräteturnen* (10., überarbeitete Aufl.). Schorndorf: Hofmann.
- Richter, H., Krause, W. (2010). *Trampolin Turnen – Grundlagen Methodik Technik,* Köln: Sportverlag Strauss.
- Soulard, C., Chambriard, P. (2000). *ABC Trampoline - Apprendre en Trampoline - « Part Method »,* Aix-les-Bains : France Promogym. (nur auf Französisch erhältlich, vergriffen, am BASPO ausleihbar)
- Stäbler, M. (2006). *Bewegung, Spaß und Spiel auf dem Trampolin* (3., überarbeitete Aufl.) Schorndorf: Hofmann.

Diese Empfehlungen können bei den mitwirkenden Verbänden und Organisationen unter dem Suchbegriff «Trampolin» herunter geladen werden!

www.svss.ch / www.bfu.ch / www.stv-fsg.ch / www.jugendundsport.ch / www.gas.ch

November 2026