

2013/2014

Schulsport-Info



Denk
an mich
Dein Rücken

Rücken-Fit im Unterricht

Die eigene sportliche Karriere fortsetzen, regelmäßige Bewegung an der frischen Luft, Wettkämpfe organisieren, Kinder und Jugendliche dazu motivieren, aktiver zu werden – es gibt viele Gründe für junge Menschen, Sportlehrkraft zu werden. Doch nicht selten verändert sich diese Einstellung mit den Jahren. Die Ursache: Sportunterricht ist ein physisch und psychisch anspruchsvolles Fach, in dem die vielfältigen bewegungsintensiven Aufgaben gerade für ältere Lehrerinnen und Lehrer zur Hauptbelastung werden können. Häufig ist der Rücken betroffen. Zahlreiche Sportlehrkräfte klagen mindestens einmal in ihrer Karriere

über Rückenschmerzen. Für einige ist die Belastung sogar so groß, dass sie sich aus dem Sportunterricht zurückziehen und auf andere Schulfächer konzentrieren.

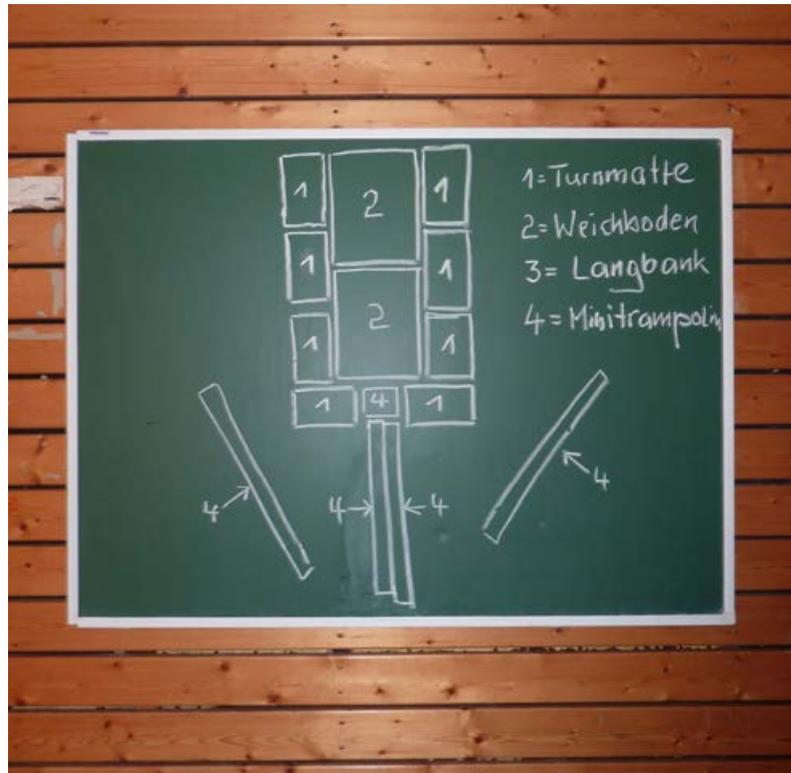
Dazu muss es nicht kommen. Denn wer öfter an den eigenen Rücken denkt und für diesen regelmäßig etwas tut, kann auch im Alter noch fit bleiben. Dies gilt auch für Sportlehrerinnen und -lehrer: Ob beim Auf- und Abbau von Geräten, der Hilfestellung oder Demonstration von Übungen im Sportunterricht, es bestehen vielfältige Ansätze, den Rücken zu schonen. „Sportlehrkräfte sollten von Beginn

an Hilfe von den Schülerinnen und Schülern, aber auch von Kolleginnen und Kollegen in Anspruch zu nehmen“, erklärt Annette Kuhlitz von der Unfallkasse Berlin. Die Expertin für Schülerunfallprävention und Schulsport warnt vor falschem Ehrgeiz und Selbstüberschätzung: „Das kann fatale Folgen für die Gesundheit der Lehrerin oder des Lehrers haben.“ Mit folgenden Tipps lassen sich Rückenbelastungen für Sportlehrkräfte vermindern.

Eine der größten Belastungen für den Rücken entsteht beim Auf- und Abbau sowie dem Transport von Sportgeräten. Bezieht

» Fortsetzung auf der nächsten Seite

» Fortsetzung von Seite 1



die Sportlehrkraft ihre Schülerinnen und Schüler hier bereits konsequent mit ein, entlastet das nicht nur den Rücken der Lehrkraft, sondern stärkt auch das Sozialverhalten der Kinder und Jugendlichen untereinander, da sie sich dabei gegenseitig helfen und absprechen müssen. Doch Vorsicht ist geboten: Selbstverständlich dürfen auch die Rücken der Schülerinnen und Schüler nicht belastet werden. Es ist daher wichtig, dass sich die Sportlehrkraft mit den Verstelleinrichtungen, Bedienelementen und Transportmöglichkeiten der Geräte genau auskennt und die Schülerinnen und Schüler zusätzlich im richtigen Heben und Tragen unterweisen kann. So sollten die Geräte mit möglichst geradem Rücken aus den Beinen heraus gehoben und dann nah am Körper zum Bestimmungsort getragen werden.

Sofern es Lehrplan und Unterrichtsorganisation erlauben, kann es zudem von Vorteil sein, sich mit anderen Sportlehrkräften abzusprechen und gemeinsam auf einen Geräteparcours zu einigen. So kann zum Beispiel anhand eines im Vorfeld er-

arbeiteten und abgestimmten Hallenplans morgens die erste Schulklasse die Geräte aufbauen und die letzte Schulklasse des Tages den Parcours wieder abbauen.

Doch auch die aktive Teilnahme am Sportunterricht selbst stellt für viele Sportlehrkräfte eine Belastung für den Rücken dar. Ob sie Bewegungsabläufe demonstrieren oder Hilfestellung geben wollen: In jedem Fall sollten sich die Sportlehrkräfte gemeinsam mit ihren Schülerinnen und Schülern aufwärmen. Bei der Hilfestellung ist es wichtig, dass die Lehrerin oder der Lehrer die richtige Position einnimmt – immer so dicht wie möglich am Körperschwerpunkt der Schülerin oder des Schülers stehen. In puncto aktive Teilnahme sollte die Sportlehrkraft immer selbst entscheiden, ob das gut für sie ist. Wer etwa seit vielen Jahren keine Rolle vorwärts mehr gemacht hat, sollte sich nicht in ungeübtem Zustand daran versuchen, um schmerzhafte Verletzungen des Nackens zu vermeiden.

Schließlich darf auch die eigene Fitness nicht vernachlässigt werden. Denn die

Tätigkeit in der Sporthalle bringt zweifelsohne viel Stress und psychische Belastungen mit sich, die sich in Verspannungen der Rückenmuskulatur niederschlagen können. Wer sich neben dem Job viel bewegt und seine Rücken- und Bauchmuskulatur regelmäßig trainiert, legt also nicht nur den Grundstein für seine physische, sondern auch für seine psychische Gesundheit. Frei nach dem Sprichwort „Körper fit – Seele fit“.

Sanja Zec
Journalistin

Weitere Informationen

Bei der Vorbereitung einer Sportstunde hilft das webbasierte, multimediale Informationsportal www.sichere-schule.de/sport Hier finden sich unter anderem Materialien zur Sicherheitsförderung im Sportunterricht.

Es geht auch leiser



Neben der Stoppuhr gehört die Trillerpfeife zu der Grundausrüstung jeder Sportlehrkraft. Sie ist klein, leicht und sehr effizient, wenn es darum geht, die volle Aufmerksamkeit der gesamten Schulklasse zu erhalten. Daher kommt sie auch oft in Situationen zum Einsatz, in denen sich die Sportlehrkraft in einer lauten Umgebung selbst Gehör verschaffen will. Doch ist es wirklich zielführend, Lärm mit mehr Lärm zu bekämpfen? Lärmexpertinnen und -experten raten davon ab. Die Trillerpfeife führe höchstens zu einer kurzzeitigen Aufmerksamkeit, ehe Unruhe und Geräuschpegel bei den Schülerinnen und Schülern wieder steigen. Doch was tun gegen den Lärm im Sportunterricht?

Das Problem ist bekannt: Im Sportunterricht stellen die oftmals ungünstigen akustischen Bedingungen eine große Herausforderung für viele Lehrerinnen und Lehrer dar. Lärm, Hall, große Distanzen und eine staubige Luft tragen dazu bei, dass Gehör und Stimme unter enormer Belastung stehen. Erkrankungen und Ausfälle wegen Stimmversagens, Tinnitus oder gar eines Hörsturzes sind die Folge. Abhilfe schafft in vielen Fällen eine akustische Sanierung der Turn- und Sporthalle. Doch diese lässt sich häufig nicht sofort umsetzen. Daher ist es für Sportlehrkräfte

ratsam, an ihrer eigenen Unterrichtsorganisation anzusetzen, um Gehör und Stimme zu schonen und die Verständigung zu verbessern.

Wichtigste Empfehlung: Gesprächs- und Aktionsphasen zeitlich voneinander trennen. Auch wenn es im Sportunterricht oft schnell zugeht, sollte die Sportlehrkraft kurze Phasen der Zeit und Ruhe in ihren Unterricht einplanen, in der sie alle Schülerinnen und Schüler an einem Ort versammelt. Diese sollte sie für Anleitungen, Beobachtungen und Rückfragen nutzen. Dabei gilt: Möglichst kurze und prägnante Anweisungen geben und bereits hier die Stimme ökonomisch verwenden. Während der sportlichen Aktion dann so wenig wie möglich reden oder gar rufen. Um die Schülerinnen und Schüler wieder an einem Ort zu versammeln, können verschiedene Rituale eingeführt werden, zum Beispiel ein Zeichen, das die Lehrkraft gibt.

Einen deutlichen Gewinn für Akustik und Verständigung bringen schließlich die richtige Wahl des Versammlungsortes und die Art der Aufstellung von Schülerinnen, Schülern und Lehrkraft. Verschiedene Forschungsversuche haben gezeigt, dass die Aufstellung in Form eines Kreises sehr gute Ergebnisse hinsichtlich akustischer Ver-

ständlichkeit bietet, insbesondere, wenn sich dieser in einer Hallenecke formiert. Im Kreis ist die Distanz zwischen sprechender Lehrkraft und Schülerinnen und Schülern am geringsten und es gibt keine störenden Barrieren, wie etwa Geräte. Stellt sich die Sportlehrkraft dann noch mit dem Rücken zu einer Wand, kann die akustische Situation deutlich verbessert werden, etwa im Vergleich zu der Aufstellung der Schülerinnen und Schüler auf einer Linie nebeneinander oder hintereinander.

Schließlich können Sportlehrkräfte auch zu einer technischen Maßnahme greifen, um die Lärmbelastung zu vermindern: dem Gehörschutz. Viele Lehrerinnen und Lehrer scheuen sich noch, einen Gehörschutz im Sportunterricht zu verwenden, weil sie befürchten, dann gar nichts mehr zu hören. Diese Angst ist jedoch unbegründet: Moderner Gehörschutz ist in der Lage, nur die hohen Frequenzen auszublenden. Die Lehrkraft kann sich dann – trotz der kleinen Stöpsel im Ohr – einwandfrei mit ihren Schülerinnen und Schülern unterhalten. Bei der Wahl des richtigen Gehörschutzes hilft die Sicherheitsfachkraft der Schule.

*Sanja Zec
Journalistin*

Seminare für Lehrkräfte des Fachbereichs Sport

Bewegung macht schlau – Förderung der kognitiven Entwicklung durch Bewegung

Zielgruppe

Pädagogische Kräfte aus Kitas (Vorschulbereich) und Grundschulen (Eingangsstufen)

Inhalte

- Zusammenhang von Bewegung und kognitiver Entwicklung
- Bewegungen mit Überkreuzen der Mittellinie
- Melodie und Rhythmus in Bewegung umsetzen
- Übungen und Spiele zur Förderung der Mimik, Gestik und Feinmotorik
- Förderung von Bewegung und Lernen

19.03.2014

S14-6091-14

Gemeinsam fair spielen – Sozialkompetenz im Sport erlernen

Zielgruppe

Sportlehrkräfte der 4.–6. Klassen, Horterzieher in diesen Klassenstufen

Inhalte

- Theoretische Grundlagen zum sozialen Lernen
- Übungen und Spiele zur Kooperation und Kommunikation
- Teamfördernde Maßnahmen im Sport
- Übungen aus dem Bereich des Abenteuersports und der Erlebnispädagogik

08.05.2014

S14-7351-14

Sportunterricht gemeinsam mit den Schülern abwechslungsreich und sicher gestalten

Zielgruppe

Fachbereichsleiter, Fachseminarleiter, Sport-Multiplikatoren, Referendare und Sportlehrer

Inhalte

- Versicherungsschutz beim Schulsport
- Unfallgeschehen im Sportunterricht
- Mehr Sicherheit durch sichere Sportgeräte und gezielte organisatorische Maßnahmen
- Umgang mit dem Risiko
- Strategien zur Erhöhung der Lernmotivation und Reduzierung der Belastungen im Unterricht
- Praxisbeispiele nach Absprache

Termin nach Absprache

S14-7121–14

Entwicklung koordinativer Fähigkeiten bei Kindern im Grundschulalter

Zielgruppe

Lehrkräfte aus Grundschulen und Horterzieher

Inhalte

- Was sind koordinative Fähigkeiten und welche Bedeutung haben sie für die kindliche Entwicklung?
- Bewegungskönnen und Persönlichkeitsentwicklung
- Praktische Hinweise für die Koordinationsschulung
- Hinweise zur Gestaltung von Bewegungsangeboten

Bemerkung

Achtung: Der Veranstaltungsort wird Ihnen nach Anmeldung mitgeteilt.

Genauere Angaben erhalten Sie mit der Einladung.

Bitte bringen Sie bequeme Kleidung/Sportbekleidung und Sportschuhe mit.

09.09.2014

S12-7271-14

Der Veranstaltungsort wird Ihnen nach der Anmeldung mitgeteilt. Genauere Angaben erhalten Sie mit der Einladung.

Wer wackelt da und fällt nicht hin? Zielorientierte Balance- und Wahrnehmungsschulung in der Grundschule

Zielgruppe

Hortlerzieher und Sport unterrichtende Lehrkräfte in der Grundschule

Inhalte

- Was hat Körperwahrnehmung mit Bewegungssicherheit zu tun?
- Schulung der koordinativen Fähigkeiten mit dem Schwerpunkt Gleichgewicht
- Übungen zur Mobilisation, Kräftigung und Entspannung des (Kinder-)Rückens
- Wahrnehmungsförderung und das Abenteuer mit den Füßen

26.03.2014

S14-7361-14

Kopfunter macht munter – Turnen lernen ist nicht schwer!

Zielgruppe

Sport unterrichtende Lehrkräfte an Grundschulen

Inhalte

- Vermittlung methodischer Wege zum Erlernen der grundlegenden Turnelemente wie Aufschwung, Rad, Bockspringen und Handstand
- Lernen, Üben und Anwenden der Hilfestellung für diese Elemente
- Praxiserprobte Tipps zur Stundenorganisation
- Geräteaufbau und Materialkunde zu den üblichen Turngeräten

Bemerkung

Der Veranstaltungsort wird Ihnen mit der Einladung mitgeteilt.

Bitte bringen Sie Sportbekleidung und Sportschuhe für die Halle mit.

19.02.2014

S14-7111-14

Koordinationsschulung in Vorbereitung auf die großen Ballspiele

Zielgruppe

Sport unterrichtende Lehrkräfte der Klassenstufen 4–10

Inhalte

- Systematische Integration der Koordinationsschulung nach aktuellen trainingswissenschaftlichen Erkenntnissen in der Sportspielvermittlung
- Kennenlernen, Demonstration, Erprobung und Entwicklung vielfältiger und motivierender Übungs- und Spielformen
- Didaktisch-methodische Hinweise zur Koordinationsschulung

Bemerkung

Der Veranstaltungsort wird Ihnen mit der Einladung mitgeteilt.

Bitte bringen Sie Sportbekleidung und Sportschuhe für die Halle mit.

12.03.2014

S14-7141-14

Koordiniert mit Schläger und Ball umgehen können

Zielgruppe

Sportlehrkräfte der Klassenstufen 7–12

Inhalte

- Systematische Integration der Koordinationsschulung nach aktuellen trainingswissenschaftlichen Erkenntnissen in der Sportspielvermittlung
- Kennenlernen, Demonstration, Erprobung und Entwicklung vielfältiger und motivierender Übungs- und Spielformen
- Didaktisch-methodische Hinweise zur Koordinationsschulung
- Entwerfen und Erproben neuer Übungs-/Spielformen durch die Kursteilnehmer

Bemerkung

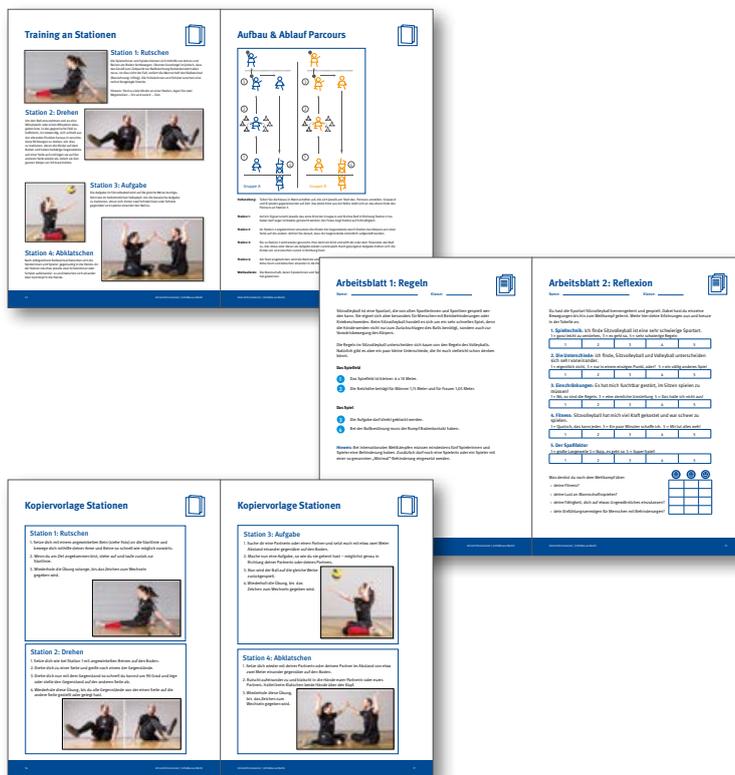
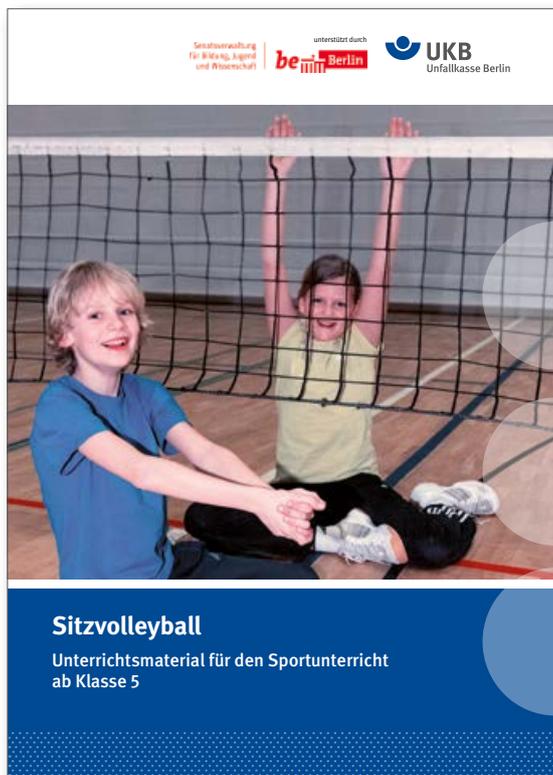
Der Veranstaltungsort wird Ihnen mit der Einladung mitgeteilt.

Bitte bringen Sie Sportbekleidung, Sportschuhe für die Halle und einen Badmintonschläger mit.

05.11.2014

S14-7131-14

Faszination Sitzvolleyball – Unfallkasse Berlin konzipiert Unterrichtsmaterial für den Sportunterricht ab Klasse 5



Sitzvolleyball. Sport im Sitzen? Das hört sich nach einer entspannten und recht statischen Angelegenheit an. Doch diese erste Assoziation schwindet sofort, schaut man dem Berliner Sitzvolleyballteam beim wöchentlichen Training in der Max-Schmeling-Halle zu. Auf einem kleineren Feld als dem für das „normale“ Volleyballspiel, getrennt durch ein niedriges Netz, kämpfen die Sportler und Sportlerinnen in einem höchst dynamischen Spiel um jeden Punkt. Blitzschnell wird aus dem Sitzen ein kraftvolles Rutschen oder promptes Drehen. Die sonst so wichtige Beinarbeit wird durch die Arm- und Handarbeit ersetzt. Die Sportler und Sportlerinnen beeindrucken den Zuschauer durch ihre präzise Technik, Taktik und einen immensen körperlichen Einsatz.

Jeder Mensch hat ein Recht auf Inklusion, also darauf, ein gleichberechtigter und anerkannter Teil der Gesellschaft zu sein. Dieses formulierte Ziel der UN-Konvention über die Rechte von Menschen mit Behinderungen stellt auch eine Herausforderung für die Berliner Schulen dar. Wie gelebte Inklusion im Sportunterricht umgesetzt werden kann,

zeigt die von der Unfallkasse Berlin konzipierte Unterrichtseinheit zum Thema Sitzvolleyball. Im Sinne des Berliner Rahmenlehrplans bietet der Sportunterricht ideale Anknüpfungspunkte, um Bewegung, Spiel und Sport fächerübergreifend mit Lerninhalten zu verbinden. Klassische Bewegungselemente aus dem Sitzvolleyball werden herangezogen, um diese in einem Parcours mit Wettbewerbscharakter umzusetzen. Neben der körperlichen Herausforderung zum spielerischen Kräfteressen werden im Vorfeld gemeinsam Spielzüge besprochen und es wird ein festes Regelwerk zugrunde gelegt.

Über die Beschäftigung mit einer Behindertensportart, deren Regeln und Bewegungsabläufen testen die Kinder ihre eigenen koordinativen und konditionellen Fähigkeiten und stellen sich dem Wettbewerb. In einer abschließenden Auswertung reflektieren sie den Zusammenhang von Gesundheit und Bewegung und tauschen sich über ihre Erfahrungen aus.

Damit trägt diese Unterrichtsidee nicht nur zur körperlichen Bewegung und zum ge-

meinsamen Spiel bei, sondern fördert darüber hinaus die Sach- und Methodenkompetenz und in hohem Maße die soziale Kompetenz der Kinder. Die Nutzung eines lustigen Bewegungsparcours mit Elementen aus einer Sportart, die im Behindertensport verankert ist, sensibilisiert die Kinder für das Erleben einer Bewegungseinschränkung und gibt ihnen die Möglichkeit, emotionale Erfahrungen in einem Gespräch zu reflektieren.

Der Aufbau des Unterrichtsmaterials bietet über die Beschränkung auf nur eine Sportstunde hinausgehende, fachübergreifende Anknüpfungsmöglichkeiten, indem sich die Kinder sowohl im Vorfeld als auch im Nachgang mit dem Thema „Sitzvolleyball“ auseinandersetzen. Je nach Möglichkeit kann der „eigentlichen“ Sportstunde über Bericht oder Präsentation eine erste Begegnung mit der Sportart Sitzvolleyball vorangestellt und eine Nachbereitung der Erlebnisse angeschlossen werden.

Christina Caliebe

Auszug aus dem Schriftenverzeichnis für Schulen

Kostenlos Herunterladen vieler unserer Schriften ist unter <http://publikationen.dguv.de> im Internet möglich.
Besuchen Sie unter www.unfallkasse-berlin.de auch unsere Internetseite.

GUV-NR.	Titel
GUV-V S1	UVV Schulen
GUV-I 503	Anleitung zur Ersten Hilfe
GUV-I 511-1	Verbandbuch
GUV-I 8503	Der Sicherheitsbeauftragte
GUV-I 8541	Unterweisungsbuch
GUV-I 8542	Meldungen des Sicherheitsbeauftragten
GUV-I 8577	Aufkleber „Erste Hilfe“ (weißes Kreuz auf grünem Grund 10 x 10 cm)
GUV-I 8580	Aufkleber „Erste-Hilfe-Schränke“
GUV-SI 8012	Inline-Skaten mit Sicherheit
GUV-SI 8013	Klettern in Kindertageseinrichtungen und Schulen
GUV-SI 8020	Notruf-Nummern-Verzeichnis
GUV-SI 8028	Sicherheitsförderung – ein Baustein der Gesundheitsförderung in der Schule
GUV-SI 8033	Springen mit dem Trampolin
GUV-SI 8035	Matten im Sportunterricht
GUV-SI 8044	Sportstätten und Sportgeräte
GUV-SI 8048	Checklisten zur Sicherheit im Sportunterricht
GUV-SI 8049	Vom Durcheinanderlaufen zum Miteinanderfahren – Ein Beitrag des Sports zur Verkehrserziehung
GUV-SI 8050	Wahrnehmen und Bewegen
GUV-SI 8052	Alternative Nutzung von Sportgeräten
GUV-SI 8053	Bewegungsfreudige Schule
GUV-SI 8060	Unfallversicherung bei Auslandsfahrten
GUV-SI 8061	Sicher im Ausland – Informationen zum gesetzlichen Unfallversicherungsschutz für Schüler und Studierende bei Auslandsfahrten
10372	Sicher im Ausland – Auszubildende / Informationen zum gesetzl. Unfallversicherungsschutz für Auszubildende bei Auslandsaufenthalten
GUV-SI 8071	Handball – attraktiv und sicher vermitteln
GUV-SI 8072	Wahrnehmungs- und Bewegungsförderung in Kindertageseinrichtungen
GUV-SI 8074	Bewegung und Kinderunfälle
GUV-SI 8080	Sonnenspaß und Sonnenschutz für Kinder und Jugendliche
GUV-SI 8082	Seilgärten in Kindertageseinrichtungen und Schulen
GUV-SI 8089	Baden in Kindertageseinrichtungen
GUV-SI 8095	Trampoline in Kindertageseinrichtungen und Schulen

Plakate und Aushänge

GUV-I 510-1	Anleitung zur Ersten Hilfe bei Unfällen (DIN A2)
GUV-SI 8019	Turnen mit Ringen kann Schmerzen bringen (DIN A1)
GUV-SI 8021	Das gehört zu einem verkehrssicheren Fahrrad (DIN A1) Eislaufen – Spiel, Sport und Spaß mit Sicherheit! (DIN A2)

Weitere Druckerzeugnisse der UKB

UKB I 10 DH	Sicher unterwegs auf Eis
UKB SI 02	Tipps zum Schulsport
UKB SI 05	Fragen und Antworten der Schülerversicherung Schul-Info 2013/2014

GUV-NR.	Titel
UKB SI 09	Fitness für Kopf und Körper
UKB SI 12	Sorglos lernen – Versicherungsschutz in der Schule
UKB SI 13	Zu Fuß in die Schule und den Kindergarten
UKB SI 14 DH	Spiele von gestern für Kinder von heute
UKB SI 15 DH	Spiele von gestern für Kinder von heute – Spiele für drinnen
UKB SI 20	Für den Ernstfall gerüstet
UKB SI 21	„Mehr Mut“ – Keine Angst im Schulsport
UKB SI 28	Sicher, gesund und gut versichert in der Oberschule
UKB SI 28T	Sicher, gesund und gut versichert in der Oberschule – türkisch
UKB SI 29	Amokdrohungen und zielgerichtete Gewalt an Schulen
UKB SI 30	Mein Kind geht auf Klassenfahrt
UKB-SI 35	Feste und Gäste – Versicherungsschutz bei Kita-Festen und Ausflügen
UKB-SI 36	Telefonberatung bei krisenhaftem Schülerverhalten (Flyer)
UKB-SI 36a	Telefonberatung bei krisenhaftem Schülerverhalten (Aushang)

Briefe für den Primarbereich

57.2.396	Akrobatik in der Grundschule
57.2.402	„Fachfremde“ erteilen Sportunterricht
57.2.405	Feuer und Flamme (Verantwortungsvoller Umgang mit Feuer)
57.2.411	Wurfübungen mit dem Zauberstab
57.2.420	Rund um die Reckstange
57.2.429	Spiele erfinden – mit Teppichfliesen und Speckbrettern
57.2.435	Sportunterricht: Praxishilfen für Fachfremde
57.2.441	Im Wilden Westen – Cowboy und Indianer im Sportunterricht

Briefe für den Sekundarbereich

57.2.379	Das etwas andere Spiel- und Sportfest
57.2.391	Tischtennis – auch mit wenigen Tischen effektiv?!
57.2.394	Die Sportnacht
57.2.400	Fitnessstraining mit Aerobicvarianten
57.2.403	Orientierungslauf im schulnahen Gelände
57.2.418	Vielfältiges Springen
57.2.433	Fitnessstraining Boxen

Anmeldeschluss ist **sechs Wochen** vor Seminarbeginn

Anmeldeformular **2013/2014**

Seminare für Schulen – Sport –

Bearbeitungsvermerk der UKB

Zusage

Absage

Neuer Termin

DURCH FACH

Unfallkasse Berlin
Abteilung Prävention
Culemeyerstr. 2
12277 Berlin

Fax: 030 7624-1109

Wir melden folgende Person zu dem angegebenen Seminar an:

Seminar-Nr.:

Termin:

Dem/der Angemeldeten ist im vergangenen Jahr bereits abgesagt worden.

Ja

Nein

Name:

Vorname:

Dienstliche Funktion:
(bitte keine Abkürzungen)

Dienstanschrift:

Tragen Sie bitte den Namen und die genaue Dienstanschrift (Schule) deutlich in Blockschrift ein, damit wir Ihnen ohne Verzögerung auf dem Postweg eine Antwort geben können.

Telefon-Nr.:

E-Mail:

Beamter/Beamtin:

Ja

Nein

Bestätigung der Schule (unbedingt erforderlich):

Stempel der Schule

Unterschrift:

Kopiervorlage!

Bitte die Seite kopieren und an die Unfallkasse Berlin schicken oder faxen.