# Sport – Sport in der Feuerwehr

1. Einleitung
   1. Bezug zum eben durchgeführten Feueralarm herstellen
   2. Nach Rückkehr der Klasse als „Auftakt“ die 5-W-Fragen (Wer ruft an, was ist passiert, wo ist es passiert, wie viele Personen sind betroffen, warten auf Rückfragen) durchgehen
   3. Überleitung zur Stunde finden
2. Thema der Stunde
   1. Sport in der Feuerwehr
3. Ziel der Stunde
   1. Die Schüler erlangen Grundkenntnisse über die Notwendigkeit der Fitness bei Feuerwehrleuten. Sie führen einfache Übungen durch, die Feuerwehrleute beim Einstellungstest oder beim Feuerwehrsportabzeichen durchführen müssen. Sie können die eigene persönliche Fitnessgrenze erreichen und somit die Bedeutung der eigenen Gesundheit erkennen.
4. Möglicher Unterrichtsverlauf
   1. Unterrichtsgespräch:
      1. Feuerwehrleute halten sich fit - aber wie?
      2. Feuerwehrsportabzeichen, Wettbewerbe
      3. Körperliche Anforderungen für Bewerber der Berufsfeuerwehr
      4. Mädchen und Jungen; sind beide geeignet
      5. Atemschutzgeräteträger
      6. Gewichte von Feuerwehrgeräten
      7. Durchführung einfacher Übungen, die auch bei der Feuerwehreinstellung durchgeführt werden
5. Ende der Stunde
   1. Wie war das heute bei unserem Feueralarm?
   2. Wie viele Feuerwehrfahrzeuge und -leute waren heute vor Ort?
6. Ziel des Tages
   1. Wir brauchen viele freiwillige und vor allem auch fitte Helfer um Einsätze mit Erfolg durchführen zu können.
   2. Jugendfeuerwehr macht Spaß.
   3. Auch ihr könnt mitmachen. Sogar als Jugendliche: Mit 12 Jahren darf man einer Jugendfeuerwehr beitreten.

**Materialsammlung**

* Bild: Gewicht Atemschutzausrüstung (zu 4.a.v)
* Bild: Gewicht Geräte (zu 4.a.vi)
* Linksammlung
  + Videos zu Sporteinstellungstests von Berufsfeuerwehren (zu 4.a.iii)
  + Videos von Belastungsübungen (zu 4.a.v)
* Textdatei: Hintergrundinformationen zum Deutschen Feuerwehr Fitness Abzeichen (zu 4.a.ii)
* Textdatei: Hintergrundinformationen zur Deutschen Jugendleistungsspange (zu 4.a.ii)