

Sport

Für den Sportunterricht brauchst du...

In der Sporthalle:

- Vernünftige Hallensportschuhe mit hellen Sohlen / „non marking“, die dem Fuß beim Sporttreiben guten Halt geben und damit ganz wesentlich zur Vorbeugung von Verletzungen beitragen
(Es sind natürlich andere Schuhe als die, die du auf der Straße trägst)
- Sportbekleidung, kurze oder lange Sporthose (keine Jeans) und ein T-Shirt (kein Crop Top, Bustier o. Ä., also nicht bauchfrei)
- ein kleines Handtuch, damit du dir nach dem Sportunterricht zumindest Hände und Gesicht waschen kannst
- Gegebenenfalls ist dir eine Sportbrille zu empfehlen

Für den Sportunterricht im Freien:

- ein gesondertes Paar Sportschuhe
- einen Trainingsanzug oder Ähnliches für kühle Tage

Für den Schwimmunterricht:

- Badehose, kurze Badeshorts bzw. Badeanzug (möglichst kein Bikini)
- Handtuch, Duschsachen
- Gegebenenfalls ist dir eine Schwimmbrille / Chlorbrille zu empfehlen

Damit du dich und andere nicht verletzt, ist das Tragen von Schmuck während des Sportunterrichts nicht zulässig. Ohringe, Uhren, Ketten, Freundschaftsbänder, Ringe, Piercings usw. müssen abgelegt werden oder ggf. von dir abgeklebt werden.

Außerdem müssen lange Haare zusammengebunden werden. Bitte kümmere dich um Haargummis.

Falls du dich dieser Verordnung widersetzt, wirst du vom Sportunterricht ausgeschlossen.

Deine nicht erbrachte Leistung wird in diesem Fall mit der Note 6 bzw. mit ne bewertet.

Schmuck und andere Wertgegenstände werden in der Sporthalle oder in der Lehrerumkleidekabine verwahrt. Bei Beschädigungen oder Verlust wird keine Haftung übernommen. Am besten verzichtest du am Sporttag auf Schmuck oder Wertsachen.

Liebe Eltern, wir bitten Sie, nicht allzu bereitwillig Entschuldigungen für die Nichtteilnahme am Sportunterricht auszustellen. Bei leichtem Schnupfen oder der Menstruation sollte die Teilnahme am Sportunterricht selbstverständlich sein. Moderate sportliche Betätigung kann nachweislich die Beschwerden lindern.

Abschließend möchten wir dich und deine Eltern darauf aufmerksam machen, dass für den Sportunterricht grundsätzlich eine Teilnahmepflicht besteht. Falls du nicht aktiv am Sportunterricht teilnehmen kannst, bringst du selbstverständlich eine Entschuldigung mit. Wenn du länger als vier Wochen sportunfähig sein solltest, musst du dies unter Vorlage eines ärztlichen Attests der Schulleitung mitteilen. Solltest du deine Sportsachen vergessen haben oder aus Krankheits- bzw. Verletzungsgründen nicht am Sportunterricht teilnehmen, werden Materialien bereitgestellt, damit du dir theoretisches Wissen aneignen kannst. Je nach Unterrichtssituation besteht auch die Möglichkeit als Helfer (Schiedsrichter usw.) mitzuarbeiten. **Deshalb musst du immer Hallensportschuhe dabei haben.** Sollte es vorkommen, dass du deine Sportsachen innerhalb eines Schulhalbjahres dreimal vergessen hast, wirkt sich das negativ auf die Leistungsbewertung (eine Note schlechter) sowie die Beurteilung des Arbeitsverhaltens aus.

Regeln im Sportunterricht

- Wir verhalten uns stets respektvoll, gerecht, fair und hilfsbereit unseren Mitschülerinnen und Mitschülern gegenüber!
- In Gesprächsphasen (Sitz- und Stehkreis) gelten die gleichen Gesprächsregeln wie im Klassenraum!
- Ich gehe nur auf Aufforderung der Lehrerin/ des Lehrers in den Geräteraum!
- Wir helfen alle beim Geräteaufbau und Geräteabbau mit!
- Keiner sitzt beim Aufbau auf den Geräten!
- Wir benutzen die Geräte erst dann, wenn uns die Lehrerin / der Lehrer dazu auffordert!
- Wir achten auf einen geordneten und disziplinierten Umgang mit den Geräten!
- Materialien aus der Sporthalle werden nicht mit in die Umkleidekabinen genommen!
- Niemand verlässt die Sporthalle, ohne sich vorher bei der Lehrerin / beim Lehrer abgemeldet zu haben!
- In der gesamten Sporthalle möchten wir auf Deo-Sprays verzichten. Bitte benutze dein Deo-Spray draußen.