

# Hinweise zum Sportunterricht

Liebe Eltern!

Nachstehend führen wir einige wichtige Hinweise und Regeln für den Sportunterricht auf.

## Die richtige Sportausstattung:

**Wechselhose:** Diese kann kurz oder lang sein, je nach Jahreszeit und Temperaturempfindlichkeit Ihres Kindes. Geeignet sind: Jogginghosen, Shorts oder Leggings, aber keine Hosen aus Jeans- oder aus anderem festen Stoff.

**Oberteil:** T-Shirt oder Sporthemd (Länge mind. bis zum Hosensbund)

**Sportjacke** oder Sweatjacke (während der kälteren Monaten).

**Sportschuhe** mit abriebfester Sohle: Achten Sie beim Kauf, wenn möglich, auf Schuhe mit Fußbett. Converse, Slipper oder Mokassins sind nicht geeignet. Klettverschlüsse sind vor allem für die kleineren praktisch. Schnürsenkel sollen die Kinder selber binden. **Im Alltag getragene Sportschuhe gelten als Straßenschuhe.** Diese dürfen in der Halle nur nach einer gründlichen Reinigung zu Hause getragen werden. Schuhgröße bitte immer wieder überprüfen!

**Haargummis, Haarspangen:** Am besten 2-3 Stück oder ein kleines Päckchen, denn diese gehen oft verloren. Denken Sie auch an halblange Haarsträhnen oder an länger gewachsene Ponys, welche sich nicht mit dem Zopf zusammenbinden lassen. Diese werden am besten mit Spangen/Klammern am Kopf befestigt, damit die Haare die Sicht Ihres Kindes nicht stören. Für den Schulalltag ist es generell empfehlenswert lange Haare zusammengebunden zu tragen. Eine **uneingeschränkte Sicht** im Schulalltag ist sehr zu empfehlen und zur Wahrung der Sicherheit im Sportunterricht ist es sogar notwendig. Besonders bei den kleineren, die z.B. einen Zopf noch nicht oder nur schwer für sich selber machen können.

Die Sportsachen werden am besten in **Sportbeutel oder Sporttaschen** gepackt. Diese lassen sich fest schließen, aus einem Plastikbeutel zum Beispiel geht schnell etwas verloren.

Bitte **beschriften Sie die Sportkleidung und die Sportschuhe** Ihres Kindes! Vorname und Klasse „Peter 1c“ oder Anfangsbuchstaben und Klasse „X.Y. 3b“ ist ausreichend. Bei den Schuhen können Sie dies am einfachsten mit einem Filzstift oder Kugelschreiber an die Sohlenseite schreiben. Bei den Kleidungsstücken je nach Möglichkeit. (Wenn es anders nicht geht, auf den eingenähten Klebezettel.) Beim Umziehen bleiben immer wieder Sachen liegen!

**Armbanduhr und Schmuckstücke**, wie Halsketten, Armbänder, Ringe müssen abgelegt werden. Dieses gilt **auch** für die **Ohringe und Ohrstecker**! Abkleben der Ohringe mit Pflaster ist nur in Ausnahmefällen, d.h. bei neu gestochenen Ohrlöchern erlaubt und dies muss der Schüler oder die Schülerin selber erledigen. Aus Sicherheitsgründen empfehlen wir Ohrlöcher zu Beginn der Sommerferien stechen zu lassen.

Lose **Zahnspangen** müssen entfernt werden. Sportbrillen (bruchsicher) können im Sportunterricht getragen werden. Wenn das Kind im Sportunterricht nicht auf die **Brille** angewiesen ist, sollen normale Brillen abgelegt werden.

**Vergessene Sportsachen** müssen die Kinder vor dem Unterricht den Sportlehrern mündlich mitteilen. Dies wird eventuell im Hausaufgabenheft/Mitteilungsheft den Eltern mitgeteilt.

Eine **Sportbefreiung** von der aktiven Teilnahme am Sportunterricht kann **nur durch ein ärztliches Attest** erfolgen.

In Ausnahmefällen wie z.B. eine kurzfristige Verletzung oder eine leichte Erkrankung ist eine **schriftliche Information über die Einschränkung durch die Eltern/Erziehungsberechtigten an den Sportlehrer** zu richten und vor dem Unterricht vorzulegen. Gerne auch auf einem Blatt/Papierstück oder im Hausaufgaben- bzw. im Mitteilungsheft. (Beispiel: „Mein Sohn hat sich gestern an der Hand verletzt. Bitte berücksichtigen Sie dies im Unterricht.“) Wir Sportlehrer nehmen unter Beachtung gesundheitlicher und pädagogischer Gesichtspunkte Rücksicht. (Möglich sind alternative oder leichtere Übungsangebote, Lehrerassistenz wie Hilfeleistung, Beobachtungen usw.) Daher sind **auch in diesem Fällen Sportsachen mitzubringen!**

(Siehe: „FAQ Sicherheit im Schulsport“ vom Ministerium für Bildung, Jugend und Sport)

Wir bitten **die Sportsachen montags in die Schule und freitags mit nach Hause** zu nehmen. Hintergrund: mögliche kurzfristige Stundenplanänderung bzw. Vertretungsstunden.

**Kaugummi** und **Essen** ist während des Sportunterrichts und Essen ist im gesamten Hallengebäude **verboten**. Trinken aus bruchsicherer (Plastik, Metall) Flasche ist erlaubt, wobei die **Trinkflaschen** in den Umkleideräumen bleiben müssen.

Wie im Schulhaus, auch im Bereich der Halle und der Sportanlage gilt das **Handyverbot!** Das Gerät muss ausgeschaltet im Ranzen bleiben.

Wichtig! Wenn der Schultag Ihres Kindes mit Sportunterricht anfängt, sorgen Sie dafür, dass Ihr Kind wenigstens eine Kleinigkeit gegessen und etwas getrunken hat.