

# Regeln für den Sportunterricht

## Vor der Sportstunde gilt:

- Wir erscheinen pünktlich vor der Sporthalle oder dem festgelegten Treffpunkt. Wir verbringen aber unsere Pausen auf unseren Pausenhöfen und kommen erst zum Pausenende zur Sporthalle. Zu spät kommende Schüler stören.
- In der Umkleidekabine ziehen wir uns zügig und ohne Geschrei um.
- Wer aus gesundheitlichen Gründen nicht am Sportunterricht teilnehmen kann, legt dem Sportlehrer spätestens zu Beginn der Stunde eine schriftliche Entschuldigung vor – siehe Entschuldigung und Vorerkrankung.
- Schüler, die ihre ganze oder auch nur Teile der Sportkleidung vergessen haben, melden sich ebenfalls umgehend beim Lehrer – siehe Sportkleidung. Diese Schüler bringen Schreibmaterial (Stift + Blatt) mit.
- Getränke werden mit zur Halle genommen und vor der Tür im Gang abgestellt.
- Kaugummiverbot im ganzen Gebäude
- Während des Sportunterrichts können Wertgegenstände auf eigenes Risiko in einem gesonderten Behälter abgelegt werden. Die Lehrer übernehmen keinerlei Haftung für diese Gegenstände.
- Wir empfehlen dringend an Sporttagen den Schmuck und andere Wertgegenstände zu Hause zu lassen.

## Entschuldigungen und Vorerkrankungen:

- Auch bei Entschuldigungen von der aktiven Teilnahme am Sportunterricht, gilt die Anwesenheitspflicht. In besonderen Fällen kann dies mit dem Sportlehrer besprochen werden.
- Entschuldigungen der Erziehungsberechtigten müssen Name des Schülers, Datum, Dauer der Gültigkeit, Begründung der Sportunfähigkeit und Unterschrift der Erziehungsberechtigten enthalten. Die Sportlehrkraft muss über Krankheiten (Asthma, Herzfehler...) vor der 1. Sportstunde informiert werden.
- In der Regel ist die Menstruation kein Grund vom Sportunterricht befreit zu werden. Ausnahmen bedürfen auch hier der Rücksprache mit dem Sportlehrer.

## Sicherheit:

- Jeder Schüler hat eine passende und funktionierende Sportkleidung an – siehe Sportkleidung. Diese soll regelmäßig gewaschen werden.
- Vor dem Sportunterricht müssen Uhren und der gesamte Schmuck (Ringe, Halsketten, Armbänder, Ohrringe, etc.) unaufgefordert abgelegt werden.
- Piercing-Teile, die nicht abgelegt werden können, müssen selbstständig sicher abgeklebt werden.
- längere Haare müssen mit einem Haargummi / Haarband zusammengebunden werden.
- Gutes Sehen ist die Voraussetzung für ein unfallfreies und erfolgreiches Sporttreiben. Müssen Schülerinnen und Schüler auch im Sport dazu eine Brille tragen, benötigen sie eine Sportbrille. Diese Sportbrille sollte ein möglichst großes Sichtfeld, eine elastische, schwer zerbrechliche Fassung, splitterfreie Kunststoffgläser, weiche Nasenauflagen, einen festen Sitz und ein geringes Gewicht haben.

## Wichtige Hinweise:

- Wir verlassen das Sportgebäude erst zur Pause. Kommen wir vor Beginn der Pause aus der Umkleidekabine, warten wir im Eingangsbereich des Sportgebäudes bis zum Stundenende. Wir verhalten uns ruhig, um andere Klassen nicht zu stören und laufen dann auf direktem Weg zum Pausenhof / Klassenzimmer.
- Auf den Wegen zu und von den außerhalb des Schulgeländes liegenden Sportstätten (Sportplatz, Schwimmbad, ...) ist es untersagt, innerhalb der Unterrichtszeit Läden o.Ä. aufzusuchen. Diese Regelung gilt nicht vor Beginn der ersten und nach Beendigung der letzten Unterrichtsstunde.

### Sicherheit während der Sportstunde:

- Sportplatz und Sporthalle, sowie die darin enthaltenen Geräteräume, sind Fachräume mit Gefahrenquellen und dürfen deshalb nur mit dem Lehrer bzw. dessen ausdrücklicher Erlaubnis betreten und verlassen werden.
- Sicherheitsbestimmungen und -vorschriften bei den Geräten müssen beim Auf- und Abbau, sowie beim Benutzen eingehalten werden.
- An Geräten wird nicht ohne Erlaubnis geturnt.
- Das Verweilen in den Geräteräumen ist nicht erlaubt.
- Während Trinkpausen befinden sich die Schüler unmittelbar vor der Hallentüre. Wer das WC aufsuchen muss, benötigt die Erlaubnis der Lehrkraft.

### Sportkleidung:

Die Fachkonferenz Sport der RS Bönningheim folgende hat eine Kleiderordnung für unsere Schüler als verbindlich festgelegt:

- In der Halle dürfen nur saubere, nicht färbende Hallenschuhe getragen werden.
- Für den Sport im Freien sind ebenfalls geeignete feste Sportschuhe zu tragen. Die Sportkleidung sollte dann der Witterung angepasst sein.
- Jeans, Gürtel, Nieten und sonstige kantige Utensilien haben nichts mit Sportkleidung zu tun und können leicht zu Verletzungen führen.
- Sporthosen sollten sowohl eine geeignete Beinlänge haben, d.h. nicht auf dem Boden schleifen, als auch eine gewisse Bundhöhe aufweisen, so dass Unterwäsche auch bei Bewegung nicht sichtbar wird.
- Sport T-Shirts sollten bei sportlichen Bewegungen so viel Bewegungsfreiheit zulassen, dass Bauch, Po und Busen bedeckt bleiben (bauchfreie T-Shirts und Spaghettiträger-T-Shirts sind nicht erlaubt).

Wir Sportlehrer und Sportlehrerinnen werden im Sportunterricht auf das Tragen geeigneter Sportkleidung achten und gegebenenfalls entsprechende „Ersatzkleidung“ anordnen.

### Folgende Verhaltensregeln sind für Sportler selbstverständlich:

- Mithilfe beim Aufbau und Abbau von Geräten
- die Übernahme von Verantwortung
- sportliches Engagement
- Helfen und Unterstützen von Mitschülern.
- Umkleidekabinen und Sportanlagen sind ordentlich zu halten. Dies bedeutet, dass wir unseren Müll in den Müllbehälter entsorgen oder wieder mit nach Hause nehmen. Außerdem schließen wir beim Verlassen der Umkleidekabinen die Fenster und schalten das Licht aus.

Fairness, Disziplin, Einsatzwille, Hilfs- und Leistungsbereitschaft sind wesentliche Ziele des Sportunterrichts.

Wir sollten alle aktiv dazu beitragen, dass Sport allen Beteiligten Freude bereitet.

Es ist äußerst unsportlich, Mitschüler wegen ihrer Leistung auszulachen oder zu beschimpfen. Sportlich und fair dagegen verhalten wir uns, wenn wir unsere Mitschüler unterstützen und mit ihnen zusammenarbeiten.

Danke für die Einhaltung der Regeln und dass ihr dadurch einen reibungslosen Sportunterricht unterstützt!

Die Sportlehrerinnen und Sportlehrer

Stand: Mai 2024