

# 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 gilt die Anwesenheitspflicht im Sportunterricht. Das ärztliche Attest befreit nur von der aktiven Teilnahme am Sportunterricht.
- 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.
- Mädchen nehmen während der Menstruation grundsätzlich am Sportunterricht teil – eine Entschuldigung dafür kann nicht erteilt werden, lediglich eine Information an den Sportlehrer. Es wird dann darauf Rücksicht genommen.

## 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, Ohringe, etc) **unaufgefordert** abgelegt werden.
- Piercing-Teile, die nicht abgelegt werden können, **müssen selbständig 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 werden.
- 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!