

Sportunterricht am Lilienthal-Gymnasium

Willkommen im neuen Schuljahr! Damit der Sportunterricht abwechslungsreich, fair und sicher gelingt, gelten für alle die folgenden Regeln.

1 Sportkleidung & Schuhe

- Tragt geeignete Sportkleidung (z. B. Trainings- oder kurze Hose sowie T-Shirt oder Sweatshirt). Aus hygienischen Gründen wird sie nur für den Sportunterricht genutzt.
- Die Sporthalle wird nicht mit Straßenschuhen betreten. Hallenschuhe dürfen auch nicht zuvor draußen oder auf dem Sportplatz getragen worden sein.
- Plateausohlen sowie Sporttreiben auf Socken oder barfuß sind wegen der Verletzungsgefahr nicht erlaubt.

2 Schmuck, Haare & Kopfbedeckung

- Schmuck und Wertgegenstände bleiben am besten zu Hause. Vergessenen Schmuck könnt ihr bei der Sportlehrkraft auf eigene Gefahr deponieren. Lasst keine Wertgegenstände in der Umkleidekabine.
- Piercings und Ohrstecker müssen entfernt oder – wenn das nicht möglich ist – vor Unterrichtsbeginn mit eigenem Tape sicher abgeklebt werden. Lange Haare werden zusammengebunden.
- Künstliche bzw. verlängerte Fingernägel müssen so gestaltet sein, dass von ihnen keine Verletzungsgefahr für euch selbst oder andere ausgeht. Bei Sportarten mit erhöhtem Verletzungsrisiko kann die aktive Teilnahme mit langen oder spitzen Fingernägeln aus Sicherheitsgründen eingeschränkt werden.
- Beim Sport getragene Kopftücher müssen ohne Nadeln oder spitze Broschen rutschfest befestigt sein. Die seitliche Sicht und eine sichere, uneingeschränkte Bewegung müssen gewährleistet sein.

3 Gesundheit, Entschuldigung & Anwesenheit

- Wenn ihr krankheitsbedingt nicht aktiv teilnehmen könnt, gebt zu Beginn der Sportstunde eine kurze schriftliche Entschuldigung der Erziehungsberechtigten bei der Sportlehrkraft ab. Nachträgliche Entschuldigungen werden im Allgemeinen nicht berücksichtigt.
- Bei einer Nichtteilnahme von länger als einer Woche ist ein ärztliches Attest erforderlich; bei mehr als vier Wochen eine Bescheinigung vom Schularzt/Sportarzt.
- Auch ohne aktive Teilnahme besteht Anwesenheitspflicht – auch in Randstunden. Ihr unterstützt den Unterricht nach Möglichkeit, z. B. beim Messen. Bringt deshalb immer eure Hallenschuhe mit.
- Auch während der Menstruation ist die Teilnahme am Sportunterricht grundsätzlich vorgesehen.

4 Sicherheit & Sportstätten

- Geräte werden nur nach Aufforderung genutzt. Vorgesehene Hilfe- und Sicherheitsstellungen sind verbindlich.
- Zu außerhalb des Schulgebäudes liegenden Sportstätten geht ihr selbstständig und seid pünktlich zum Stundenbeginn vor Ort. Den Weg erklärt euch die Sportlehrkraft.

Wir wünschen euch viel Freude, Teamgeist und Erfolg im Sportunterricht!

KENNTNISNAHME – bitte abtrennen und an die Sportlehrkraft zurückgeben

Die Regeln für den Sportunterricht habe ich zur Kenntnis genommen.

Name der Schülerin / des Schülers: _____

Klasse: _____

Unterschrift Schüler*in: _____

Datum: _____

Kennntnis genommen (Erziehungsberechtigte*r): _____

Datum: _____