



Merkblatt

zum Sportunterricht¹

Sport ist das einzige Unterrichtsfach, in dem körperliche Bewegung und Belastung im Mittelpunkt steht. Das Heinrich-Heine-Gymnasium kommt durch Bewegung, Spiel und Sport im Schulsport seiner Verantwortung für eine ganzheitliche Erziehung nach. Dabei sind Prinzipien eines erziehenden Unterrichts von besonderer Bedeutung. Im Sportunterricht erlernen die Schülerinnen und Schüler vielfältige Kenntnisse, Einstellungen und Fähigkeiten, vor allem aber Freude an der Bewegung.

Im Schulsport wie im übrigen Bewegungsleben begegnen die Schülerinnen und Schüler aber auch vielfältigen Bewegungsrisiken und gesundheitlichen Gefahren. Daher hat der Schulsport die Aufgabe, die Bewegungssicherheit der Schülerinnen und Schüler zu fördern, indem Maßnahmen zur Unfallverhütung und Sicherheitserziehung ergriffen werden. Dazu gehört auch die Kleidung und Ausrüstung.

Für die Teilnahme am Sportunterricht und zur Gewährleistung von Sicherheit hat die Fachkonferenz Sport des Heinrich-Heine-Gymnasiums folgende Grundsätze und Regeln beschlossen:

1. Gesundheit

Die Eltern / volljährigen Schüler² informieren die Sportlehrkraft (und die Klassenleitung) über jegliche Krankheiten oder Behinderungen. Im Sportunterricht kann es lebenswichtig sein, z.B. von Epilepsie, Allergien oder Asthma oder von speziellem Medikamentenbedarf zu wissen. Notwendige Medikamente sind ggf. zum Sportunterricht mitzubringen. Bei chronischen Erkrankungen, Medikamenteneinnahme oder Allergien muss die Sportlehrkraft unbedingt vorab informiert werden.

Hat eine Erkrankung Auswirkungen, die für die Notengebung im Fach Sport relevant sein könnten, so ist dies durch ein **ärztliches Attest** zu belegen, das höchstens für **ein halbes Schuljahr gilt. Zu jedem neuen Schuljahr oder bei einem Wechsel des Sportlehrers ist diese wichtige Mitteilung zu wiederholen**, da sich der gesundheitliche Zustand Ihres Kindes mit der Zeit ändern kann.

Bei längerfristiger Befreiung bzw. Teilbefreiung befreit die Sportlehrkraft nach Vorlage eines Attestes. Bei einem Antrag auf Befreiung/Teilbefreiung von mehr als vier Wochen kann diese Befreiung nur durch die Schulleitung erfolgen.

Auf ungewöhnlich starke **Menstruationsbeschwerden** wird im Einzelfall Rücksicht genommen; grundsätzlich ist dies jedoch kein Grund für eine Sportbefreiung. Die Schülerinnen sollen selbst entscheiden lernen, welche Übungen sie mitmachen können und welche nicht. Weiterhin sollen die Schülerinnen immer zusätzliche Hygieneartikel für die Menstruation in der Sporttasche mitführen.

Brillenträger müssen, auch im eigenen Interesse, sporttaugliche Brillen oder Kontaktlinsen verwenden.

¹ Beschluss der Fachkonferenzen Sport vom 8.11.2021 und 29.9.2022

² Die männliche Form von Personenbezeichnungen wird hier zur Vereinfachung durchgehend verwendet, gemeint sind jeweils Schülerinnen und Schüler, Lehrerinnen und Lehrer oder Ärztinnen und Ärzte.

Schüler mit Asthma bronchiale

Kinder und Jugendliche, die an Asthma bronchiale erkrankt sind, dürfen nicht ohne zwingende Gründe vom Schulsport befreit werden, sondern sie sollten gerade hier im Rahmen der Möglichkeiten gefördert werden. Dazu ist eine enge Zusammenarbeit zwischen den Sportlehrkräften, den betroffenen Schülern, deren Eltern und den behandelnden Ärzten notwendig.

Die Schüler sollten vor der Teilnahme am Schulsport ein ärztliches Attest vorlegen, in dem Hinweise zur individuellen körperlichen Belastbarkeit dokumentiert sind. Nötig ist ferner ein regelmäßiger Austausch aller Beteiligten über die aktuelle Belastbarkeit. Die betroffenen Schüler sollten zur direkten Kontrolle der Ausatemungsfähigkeit ihre eigenen Peak-flow-Meter beibehalten.

Schüler mit Diabetes mellitus

Diabetische Kinder können am Schulsport teilnehmen. Vor außerordentlichen, vor allem vor lang andauernden körperlichen Anstrengungen (Schwimmen, Turnen, Wandern, auch exzessivem Toben in der großen Pause) müssen diabetische Kinder in der Regel zusätzliche Nahrung zur Vermeidung schwerer Hypoglykämien zu sich nehmen (Brot oder andere langsam verwertbare Kohlehydrate sind besser als Obst und Obstsaften).

Beobachtungen und Erkenntnisse der Lehrkraft, Erfahrungen der Eltern und das Fachwissen der behandelnden Ärzte sind wichtige Faktoren einer erfolgreichen Therapie. Deshalb ist eine enge Kooperation aller Beteiligten notwendig. Für den Notfall sollten den Lehrkräften die Telefonnummern der Eltern oder des Hausarztes bekannt sein.

2. Sportbekleidung

Sporthalle / Außenbereich

Wichtig für die Sportkleidung ist ihre Zweckmäßigkeit (nicht zu weit, keine Metallteile, der Sportart angemessen). Zugleich soll sie die sportliche Aktivität unterstützen und nicht zu Ablenkungen führen. Ungeeignet sind z.B. Spaghettiträger-Tops oder tiefausgeschnittene T-Shirts, bauchfreie T-Shirts/Tops, knappe Hosen (Hotpants), Push-up- und Spitzen-BHs, Halstücher, Kopfbedeckungen (Ausnahme s. unten).

Wird keine situationsgerechte Kleidung getragen, ist eine aktive Teilnahme am Sportunterricht ausgeschlossen. Gleiches gilt bei frisch gestochenen Ohrlöchern und fehlenden Haargummis. Sollte eine Teilnahme am Sportunterricht aus eigenverantwortlichen Gründen nicht möglich sein, dann kann sich dies auf die Sportnote auswirken.

Als Kleidung für den Sportunterricht sind geeignet:

- Sporthemd oder T-Shirt, Sporthose (ohne Reißverschlüsse), Sport-BH, Sportschuhe, Sportsocken; evtl. Trainings- oder Jogginganzug.
- Im Sportunterricht sind der Sportart entsprechende Sportschuhe zu tragen. Die Teilnahme am Sportunterricht auf Socken ist aus Sicherheitsgründen nicht erlaubt.
- Die Sporthallen dürfen nur mit sauberen Sportschuhen mit nicht färbenden Sohlen betreten werden. Von Frühjahr bis Herbst sollten auch Schuhe für den Outdoorbereich mitgebracht werden, wenn die Sportlehrkraft darauf hinweist.
- Sneakers oder andere im Alltag getragene Schuhe dürfen nicht im Sportunterricht getragen werden.
- Die Sportkleidung sollte ausschließlich während des Sportunterrichts getragen werden und nicht in den Unterrichtsstunden davor oder danach – es bleibt immer genügend Zeit zum Umziehen.

- Während des Sportunterrichtes ist der gesamte Schmuck (Uhr, Ketten, Ringe, „Freundschaftsbändchen“ etc.) abzulegen.
- Wertsachen sollten nach Möglichkeit nicht mit in die Schule gebracht werden. Alle Wertsachen (auch Geldbörsen und Handys) sind während des Unterrichts in einem kleinen Kasten in der Sporthalle zu lagern und am Ende des Unterrichts selbstständig wieder mitzunehmen. Die Schule haftet nicht für Verluste!
- In der Sporthalle vergessene Materialien werden sechs Wochen lang bei den Fundsachen in der jeweiligen Sporthalle (THH1 und THH2) aufbewahrt und danach entsorgt. Vergessene Wertgegenstände werden unmittelbar im Sekretariat 1 abgegeben. Werden Gegenstände in der TSG-, Uni- oder Barbarossahalle vergessen, müssen die jeweiligen Sportstätten kontaktiert werden.
- Ohranhänger und Piercings sind wegen des erhöhten Unfall- und Verletzungsrisikos stets abzuleben oder abzulegen (Pflaster / Tape).
- Lange Haare sind immer mit einem Haargummi zusammenzubinden.
- Kopftücher werden ausschließlich aus religiösen Gründen akzeptiert und müssen so getragen werden, dass sie keine Unfallgefahr darstellen.
- Bei Sportunterricht im Freien ist während der Sommerzeit ggf. Sonnenschutz (Kopfbedeckung, Sonnencreme) zu denken.

Schwimmbad

- Badehose bzw. Badeanzug, evtl. Badeschlappen (Rutschgefahr, Hygiene); Bermuda-/ Boxershorts und Bikinis sind nicht zulässig.
- Bademütze
- Handtuch, Duschcreme
- Kopfbedeckung für den Rückweg

3. Hygienemaßnahmen

Nach dem Sportunterricht besteht grundsätzlich die Gelegenheit zum Duschen bzw. Waschen und wir erwarten, dass auch jeder Schüler diese Gelegenheit im eigenen Interesse und dem der Mitschüler wahrnimmt. Deshalb gehört in die Sporttasche:

- ein Handtuch,
- Duschcreme bzw. Haarshampoo,
- evtl. ein Föhn.

4. Kleinsportgeräte³

Von den Schülerinnen und Schülern sind Springseile (ab der 5. Klasse), Badmintonschläger (wenn diese Sportarten gemäß Stoffverteilungsplan unterrichtet wird) und Tischtennisschläger (wenn Unterrichtsgegenstand) **verpflichtend** anzuschaffen. Nur so kann unter den finanziellen Rahmenbedingungen der Schule ein anspruchsvoller Unterricht realisiert sowie Sportunterricht und Bewegung außerhalb der Schule miteinander verbunden werden.

Die Sportlehrkräfte informieren zu Beginn des jeweiligen Schuljahres die Eltern über die Anschaffung des jeweiligen Kleinsportgeräts und geeignete Bezugsbedingungen.

³ (gemäß dem Beschluss der Fachkonferenz Sport vom 27.09.2022)

5. Grundsätzliches zur Teilnahme am Sportunterricht

Schüler nehmen am Sportunterricht nicht teil, wenn ihr Gesundheitszustand dies erfordert (vgl. § 19 ÜSchO).

Ist ein Schüler verletzt oder krank, so dass er zwar am regulären Unterricht, aber nicht aktiv am Sportunterricht teilnehmen kann, bedarf es einer schriftlichen Entschuldigung der Eltern am Tage der Erkrankung. Der Schüler muss trotzdem während des Sportunterrichts anwesend sein (Sportkleidung mitbringen), an theoretischen Unterweisungen teilnehmen und in Abhängigkeit von der Beeinträchtigung organisatorische Aufgaben (z.B. Schiedsrichterfunktion, Auf- und Abbau, Sicherheitsstellung). Ausnahmeregelungen sind mit der Sportlehrkraft abzusprechen.

Der Schulleiter kann bei lang andauernder und ärztlich bescheinigter Sportunfähigkeit in Abstimmung mit der Sportlehrkraft festlegen, dass der Schüler am Unterricht einer anderen Klasse oder eines anderen Kurses teilnimmt. Die Vorlage einer schriftlichen Begründung und die Vorlage von Nachweisen, insbesondere von ärztlichen und ausnahmsweise auch von schulärztlichen Attesten, kann verlangt werden (vgl. § 39 der ÜSchO)

Hat ein Schüler die Sportsachen vergessen, darf er nicht aktiv am Sportunterricht teilnehmen, es besteht jedoch Anwesenheitspflicht (s.u.). Sollten dadurch anstehende Leistungsüberprüfungen nicht erbracht werden können, wird dies bei der Leistungsbewertung berücksichtigt. Eine Nicht-Teilnahme mit dem Hinweis, dass Tattoos oder Piercings „frisch“ angebracht wurden, wird nicht toleriert.

Wiederholtes Vergessen der Sportsachen kann zu einer Verschlechterung der Mitarbeitsnote im Fach Sport führen.

Sollte ein Schüler aufgrund von planbaren und medizinisch akut nicht notwendigen Terminen (Piercing, Tattoo etc.) den Sportunterricht versäumen, so ist der versäumte Unterrichtsstoff selbstständig nachzuholen. Bei Prüfungen und der Notengebung kann darauf keine Rücksicht genommen werden.

Sportstätten und Umkleieräume sind in einem ordentlichen, sauberen Zustand zurückzulassen.

6. Essen und Trinken im Sportunterricht

Aus hygienischen Gründen ist das Essen in der Sportstätte nicht erlaubt. In den Sporthallen dürfen ausschließlich zuckerfreie Getränke aus Kunststoff- oder Metallflaschen getrunken werden. Das Trinken im Sportunterricht regelt die Sportlehrkraft in Abhängigkeit von relevanten Faktoren, z.B. der körperlichen Belastung, der Temperatur oder der Disziplin und dem Alter der Schüler. Kaugummi ist im Sportunterricht strengstens verboten.

7. Schwimmfähigkeit und Schwimmbzeichen

Am Heinrich-Heine-Gymnasium nehmen alle Schüler der fünften Klassen verbindlich und die Schüler der zehnten Klassen je nach Stundenplan am Schwimmunterricht teil. Ist dies krankheitsbedingt nicht möglich (bspw. Chlorallergie), müssen die Eltern die Lehrkraft unmittelbar zu Beginn des Schuljahres diesbezüglich informieren und ein ärztliches Attest vorlegen. Betroffene Schüler nehmen am Praxisunterricht der Parallelklasse teil.

Im Fokus des Schwimmunterrichts stehen die vielseitige Bewegungserfahrung im Wasser und die Weiterentwicklung der Schwimmtechniken.

Aufgrund der knappen Schwimmzeit und den organisatorischen Gegebenheiten in der Schwimmhalle, ist es nicht möglich eine Anfängerschulung anzubieten.

Aus diesem Grund ist es wichtig, dass die Kinder zu Beginn der fünften Klasse mindestens das Schwimmzeichen „Seepferdchen“/„Pinguin“ erreicht haben.

Zu Beginn des Schwimmunterrichts werden die Sportlehrkräfte die Schwimmfähigkeit in der Praxis überprüfen und entscheiden, ob die Schwimmfähigkeit ausreichend für den Schwimmunterricht ist.

Beispiele für sportgerechtes Schuhwerk

Sportunterricht in der Halle



Turnunterricht im Leistungsfach Sport



Sportunterricht im Freien



Hinweis: Die Auswahl der aufgelisteten Schuhe erfolgte markenunabhängig und stellt keine Empfehlung zum Kauf der dargestellten Marken dar.