

Regeln für den Sportunterricht an der Gesamtschule Marienheide

Vor dem Sportunterricht:

1. Wenn es klingelt, holen wir unverzüglich unsere Sportsachen und gehen zur Sporthalle.
2. Wir warten vor der Sporthalle, bis uns die uns unterrichtende Lehrkraft hineinlässt. Die



Eingangstür wird freigehalten, so dass andere Gruppen, die früher in die Halle dürfen, Platz haben. Niemand blockiert die Tür oder betätigt den „Schnapper“ der Tür.

3. Der in der Dreifachturnhalle befindliche Gang zwischen den Sporthallen und den Umkleidekabinen darf nur mit geeignetem und sauberem Schuhwerk von den Umkleidekabinen aus betreten werden. Der direkte Zugang durch die Tür in diesen Gang ist ausschließlich Lehrkräften vorbehalten.



4. Wir ziehen uns zügig, leise und vollständig in der Umkleidekabine um, die uns von der Lehrkraft zugeteilt wurde.



5. Wir kleiden uns ausschließlich mit für den Sportunterricht angemessener Sportkleidung. Dabei ist insbesondere auf geeignetes Schuhwerk zu achten und darauf, dass Brillenträger geeignete Sportbrillen oder ersatzweise Kontaktlinsen tragen.

6. In die Sporthalle bringen wir nur Wasser in nicht zerbrechlichen Gefäßen mit, keine Säfte o.Ä. Die Getränke können zu Beginn der Stunde in eine von der Lehrkraft bereitgestellte „Getränkekiste“ gestellt werden. Niemand stellt sein Getränk vor die Hallentür. Flaschen, die mitgebracht werden, müssen auch wieder mitgenommen werden, auch, wenn sie leer sind.



7. Um Verletzungen vorzubeugen, legen wir Schmuckstücke (Ohrringe, Armbänder, Ringe, Uhren etc.) ab und legen sie in eine von der Lehrkraft bereitgestellte Wertsachenkiste. Wenn ich lange Haare habe, binde ich sie mit einem Haarband zusammen.

8. Sämtliche Wertsachen (Handy, Geldbörse, Uhr, Schmuck etc.) müssen ebenfalls in die Wertsachenkiste gelegt werden, damit sie vor Diebstahl geschützt sind. Jeder ist ansonsten für seine Geräte selbst verantwortlich und es gilt auch in der Sporthalle das vereinbarte Handy-Verbot der Schule.

Während des Sportunterrichts:

1. Auf das Zeichen der Lehrkraft versammeln wir uns am vereinbarten Treffpunkt (z.B. am Mittelkreis).
2. Bei Gesprächen herrscht Ruhe. Wir hören der Lehrkraft und den Mitschülerinnen und Mitschülern zu.
3. Der Sportunterricht ist kein „Wunschkonzert“. Wir machen das, was im Lehrplan steht und was von uns gefordert wird. Wie im sonstigen Schulunterricht beteiligen und engagieren wir uns aktiv.



4. Um Verletzungen vorzubeugen und uns auf den Unterricht gezielt vorzubereiten, wärmen wir uns entsprechend den Vorgaben der Lehrkraft auf.



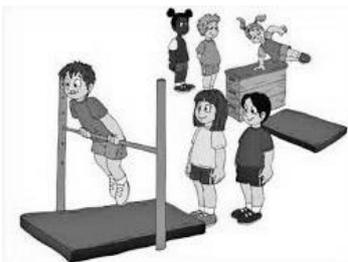
5. Die Geräteräume, einschließlich des Ballraumes, dürfen nur betreten werden, wenn die Lehrkraft dies erlaubt.
6. Geräte werden im Sportunterricht erst dann benutzt, wenn alle dazu notwendigen vorbereitenden Maßnahmen getroffen wurden. Dazu gehört, dass...

- ...die Geräte vollständig aufgebaut werden,
- ...dass die Aufgabe am jeweiligen Gerät erteilt wurde,
- ...dass die Sicherheitsregeln an jedem Gerät erklärt und entsprechende Sicherheitsmaßnahmen ergriffen wurden,
- ...dass die Lehrkraft den Aufbau überprüft und die Freigabe zur Benutzung erteilt hat. Dies gilt insbesondere für Geräte wie Trampoline, Barren, große Kästen, Seile, Kletterwand etc.

- Auch beim Aufbau mancher Geräte müssen entsprechende Sicherheitsregeln beachtet werden. Dies gilt insbesondere für die Tischtennisplatten oder Trampoline.

- Die hier aufgeführten Regeln gelten selbstverständlich auch, wenn Geräte schon zu Beginn des Sportunterrichts aufgebaut oder bereitgestellt sein sollten.

7. Die Geräteräume werden stets entsprechend den Markierungen und Fotos ordentlich eingeräumt und die Geräte selbst pfleglich behandelt. So achten wir beispielsweise darauf, dass die Matten auf den Mattenwagen ordentlich übereinander gestapelt sind, Barren oder Sprungböcke in die unterste Stufe eingestellt, die großen Kästen gemäß den Farben gestapelt und gesichert sind, maximal zwei Bänke übereinander gestapelt, die



Minitramps entriegelt und zusammengeklappt sind, kleine Kästen nebeneinanderstehen bzw. so gestapelt werden, dass Leder auf Leder bzw. Unterseite auf Unterseite liegen.

8. Für die Lagerung der Tischtennismaterialien gelten besondere Regeln, die wir vor Benutzung gemeinsam mit unserer Lehrkraft besprechen.
9. Beim Aufbau und Abbau von Geräten helfen wir immer alle gemeinsam und wir helfen uns gegenseitig (so lange, bis alles auf- bzw. abgebaut ist).
10. Niemand verlässt die Halle, ohne vorher bei der Lehrkraft um Erlaubnis gebeten zu haben.
11. Wenn wir von der Lehrkraft ein Kühlpack erhalten, geben wir es ihr nach Benutzung unaufgefordert wieder zurück, damit es in der Sporthalle bleibt und es auch andere nach mir nutzen können.



12. Schiedsrichterentscheidungen (auch durch Mitschülerinnen und Mitschüler) werden akzeptiert.

Respektvoller Umgang miteinander und Rücksichtnahme sind die Grundlage für einen erfolgreichen und lebendigen Sportunterricht. Alle Schülerinnen und Schüler nehmen am Sportunterricht aktiv teil.

Nach dem Sportunterricht:

1. Die Geräte werden gemeinsam abgebaut bzw. eingesammelt. Die Geräteräume werden aufgeräumt und geschlossen bzw. verriegelt.
2. Nur, wenn die Lehrkraft entscheidet, dass die Sportstunde beendet ist, verlassen wir gemeinsam die Halle.
3. Wir ziehen uns zügig um, damit wir die Sporthalle möglichst bald nach dem Unterricht verlassen können.
4. Nach Unterricht in der Zweifachturnhalle (unten) verlassen wir die Sporthalle über die Tür, die zum Tartanplatz führt oder über die gegenüberliegende Tür (vgl. 3. Regel „Vor dem Sportunterricht“).

Widersetzen wir uns diesen Regeln, müssen wir mit entsprechenden Sanktionen seitens der Lehrkraft rechnen, denen wir Folge leisten.

Hiermit erkenne ich die Regeln für den Sportunterricht vom März 2018 an und werde sie befolgen.

Hiermit erkennen wir die o.g. Regeln an und werden unser Kind bei der Einhaltung der Regeln unterstützen.

Unterschrift der Schülerin/des Schülers

Unterschrift des/der Erziehungsberechtigten