

Ihr Sohn / Ihre Tochter wird in diesem Schuljahr während des Sportunterrichts auch Schwimmunterricht haben.

Termine Der Schwimmunterricht findet am CPG blockweise (in der Regel zwischen zwei Ferienterminen) während der Doppelstunde Sport am Mittwoch statt. Die konkreten Termine werden ihrem Kind rechtzeitig von der Sportlehrkraft mitgeteilt, außerdem können sie auf der Website (*Fachschaft Sport*) eingesehen werden.

**! Wichtig !
Vorkenntnisse**

An Vorkenntnissen setzen wir **sicheres** Schwimmen voraus: → *Das heißt,*
- *Ihr Kind kann problemlos 100 m schwimmen*
(egal mit welcher Technik und wie schnell)
- *es kann mit den Füßen voraus in tiefes Wasser springen.*

Sollte Ihr Kind noch nicht schwimmen können oder sehr unsicher sein, nutzen Sie bitte die Zeit bis zum ersten Schwimmblock und melden Ihr Kind gleich bei einer Schwimmschule in Ihrer Nähe an!

Bei Fragen oder Problemen wenden Sie sich bitte möglichst schnell an Sportlehrkraft, damit Ihr Kind den Schwimmunterricht stressfrei teilnehmen kann und zu einem/einer guten Schwimmer/-in wird. Es ist wichtig für seine eigene Sicherheit!

Inhalte Im Schwimmunterricht lernt Ihr Kind verschiedene Schwimmtechniken mit Start und Wende kennen, verbessert Ausdauer und Schnelligkeit, taucht tief und weit ... Spiele und Wettkämpfe im Wasser sorgen für den nötigen Spaß!
Außerdem informieren wir über Gefahren beim Baden und die Grundregeln der Fremdrettung. (Schwerpunkte entsprechend der zur Verfügung stehenden Zeit)

Ausrüstung

- „sportliche“ Badekleidung
-> *keine weiten, langen Hosen oder rutschende Bikinis*
- Handtuch, Duschgel -> *keine Haarkuren etc.*
- Schwimmbrille bei empfindlichen Augen -> *keine Taucherbrille!*
- Haargummis für lange Haare
- Im Winter eine Mütze für hinterher
- evtl. einen eigenen Fön (einige sind vorhanden)

Krankheit Sollte Ihr Kind erkrankt oder verletzt sein, beachten Sie bitte unser Informationsblatt zur Absenzenregelung im Sportunterricht. Sie finden dieses im Eltern-Portal unter „Dokumente“.



Mit freundlichen Grüßen

gez. OStRin Barbara Dittfeld
Fachleiterin Sport