

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 Termine finden sie im Anschluss, außerdem können sie auf der Homepage (*Fachschaft Sport*) eingesehen werden. Kurzfristige Änderungen werden von der jeweiligen Sportlehrkraft den Kindern mitgeteilt.

## ! 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 an!

Bei Fragen oder Problemen wenden Sie sich bitte möglichst schnell an den/die Sportlehrer/in, damit Ihr Kind am Schwimmunterricht stressfrei teilnehmen kann und zu einer/einem 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 Fremdreitung. (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 aus gesundheitlichen Gründen nicht aktiv am Schwimmunterricht teilnehmen können, beachten Sie bitte unser Informationsblatt zur Absenzenregelung im Sportunterricht. Sie finden dieses im Eltern-Portal unter „Dokumente“. Ihr Kind wird dann passiv am Schwimmunterricht teilnehmen. Sollte dies *aus zwingenden Gründen* nicht möglich sein, melden Sie ihr Kind bitte über das Sekretariat krank (1./2. Std.) oder besprechen Sie mit der Sportlehrkraft, ob ihr Kind die Schwimmzeit ausnahmsweise im Trainingsraum verbringen kann.



Mit freundlichen Grüßen  
gez. OStRin Barbara Dittfeld  
Fachleiterin Sport