



Sicherheit im Sportunterricht

Der Schulsport nimmt als einziges Bewegungsfach an der Schule eine Sonderstellung ein. Er dient der Verbesserung der motorischen Leistungsfähigkeit, der Hinführung zu einem gesunden „bewegten“ Leben und schult Schlüsselkompetenzen wie Teamfähigkeit, Fairness, Anstrengungsbereitschaft und Durchhaltevermögen.

Der Sportunterricht bringt jedoch aufgrund seiner besonderen Rahmenbedingungen ein erhöhtes Unfallrisiko mit sich. Dies macht Regelungen zur Sicherheit und Unfallprophylaxe unverzichtbar. Wir bitten Sie als Erziehungsberechtigte und euch, liebe Schüler/-innen, die folgenden Regelungen zur Kenntnis zu nehmen und im alltäglichen Sportunterricht stets zu beachten.

Sportkleidung

Schuhe

- Ausreichend ist ein günstiger „**Universal-Hallensportschuh**“; er ist sowohl für die Halle, als auch für die Außenanlagen geeignet.
- **Achtung: Ungeeignete Sportschuhe stellen ein erhebliches Verletzungsrisiko dar!**
 - Joggingsschuhe (Gefahr des Umknickens! Auch für die Außenanlagen ungeeignet!)
 - Sneaker (keine Dämpfung, keine Stabilität, rutschige Sohle!)
 - Straßenschuhe oder schmutzige Turnschuhe (Rutschgefahr durch Schmutz, Hygiene, farbiger Abrieb am Hallenboden)

Kleidung für die Halle und im Freien

- Geeignet ist eine der Temperatur angepasste Kleidung, die genügend Bewegungsfreiheit bietet:
 - T-Shirt, je nach Jahreszeit dazu ein Pulli oder eine Jacke
 - lange oder kurze Sporthose
 - extra Socken für den Sport, die danach gewechselt werden
 - warme Sportkleidung für „Sport im Freien zu jeder Jahreszeit und bei jeder Witterung“ (Zitat Lehrplan PLUS) >> wird vom Sportlehrer vorher angekündigt
 - bei Bedarf Haargummi (längere Haare müssen immer zusammengebunden sein)
- **Ungeeignet ist Straßenkleidung** (geringe Bewegungsfreiheit, Gefahr durch weite Kleidung, Hygiene!)
Für alle unangenehm sind Sportbeutel, die fest verschlossen auf die nächste Sportstunde warten!

Kleidung beim Schwimmen

- Benötigt werden Badehose / Badeanzug;
Handtuch, Duschgel, Shampoo;
warme Kleidung und Mütze für die Heimfahrt,
bei Bedarf eine *Schwimmbrille* (keine Taucherbrille), Badeschlappen, Haargummi
- Ungeeignet sind rutschende Bikinis
Ungeeignet sind Taucherbrillen für das Schwimmen!
Unnötig sind Haarkuren etc.

Schmuck

- **Jeglicher Schmuck und auch Uhren sind prinzipiell immer abzulegen!**
und in der Umkleidekabine oder in der „Schmuckbox“ des Lehrers aufzubewahren.
- **Schmuck und Uhren stellen für den Träger selbst, aber auch für die Mitschüler/-innen ein erhebliches Verletzungsrisiko dar!**

Brille

- Brillen müssen im Schulsport entweder abgenommen werden oder **sportgerecht** sein: d.h. elastische und schwer zerbrechliche Fassung, splitterfreie Kunststoffgläser, fester Sitz... (ausführliche Informationen beim Optiker)
- **Auf die besondere Verletzungsgefahr beim Tragen von nicht schulsportgerechten Brillen wird nachdrücklich hingewiesen**; ebenso bitten wir zu beachten, dass die Schule nicht für beschädigte Brillen haftet, die unsachgemäß aufbewahrt werden (also: stabile Hülle mitbringen).

Krankheit

- Bitte informieren Sie die Sportlehrkraft über allgemeine (z.B. Asthma) oder momentane (z.B. schwererer Infekt) **gesundheitliche Beeinträchtigungen** Ihres Kindes. Dadurch kann die Übungsintensität auf die Leistungsfähigkeit des Kindes abgestimmt werden.
- Sollte Ihr Kind **nicht aktiv** am Sportunterricht teilnehmen können, informieren Sie bitte die Sportlehrkraft durch ein kurzes informelles Schreiben. Ihr Kind ist dann in der Sportstunde **anwesend**, nimmt an den theoretischen Inhalten teil, übernimmt (je nach Erkrankung) Schiedsrichtertätigkeiten o.Ä.
- Kann ein/-e Schüler/-in am Sportunterricht z.B. **in Randstunden nicht teilnehmen**, so ist unbedingt Folgendes zu beachten:
 - Sollte ihr Kind so erkrankt sein, dass eine passive Teilnahme am Sportunterricht in den Randstunden (1./2. oder 5./6. Stunde) nicht möglich ist, so ist die übliche Krankmeldung über das Sekretariat erforderlich!
➔ Ein „Zettel“ für die Sportlehrkraft reicht nicht aus!
 - Bei längerfristigen Erkrankungen kann mit einem ärztlichen Attest und einem Anschreiben der Eltern eine Befreiung für die Dauer der Erkrankung im Sekretariat beantragt werden. Bitte informieren Sie darüber auch die Sportlehrkraft.

Quellen:

KMBek Sicherheit im Sportunterricht

Kommunale Unfallversicherung Bayern, Schulsport, Hinweise und Tipps für Schüler und Eltern

gez. StDin Barbara Dittfeld
Fachleiterin Sport

Stand: Schuljahr 2025/26