



## 1. Grundsätze

- Sicherheit im Schulsport muss durch die unterrichtenden Lehrkräfte sichergestellt werden.
- **Sportunterricht soll, wenn möglich, im Freien stattfinden.**

## 2. Weg zur Turnhalle

- Der kürzeste Weg zur Turnhalle (nur dieser ist versichert) ist unter Beachtung der StVO zu nutzen.
- Zeitpunkt des Sportunterrichts:
  - o Sollte die Sportstunde in der Mitte des Unterrichtstags liegen, dürfen die Schülerinnen und Schüler ab Klassenstufe 7 den Weg zur Turnhalle erst 10 Minuten vor Stundenbeginn antreten. Die Eltern müssen dem selbstständigen Aufsuchen der Turnhalle schriftlich zustimmen.
  - o Treffpunkt ist 5 Minuten vor Unterrichtsbeginn vor der Turnhalle.
  - o Die Nutzung des Spielplatzes vor der Turnhalle ist untersagt.
- Es wird vor der Turnhalle auf die Lehrkraft gewartet (nicht klopfen/klingeln).
- Die Kabinen werden von den Lehrkräften zugeteilt.
- Die Klassenstufen 5 und 6 werden im Foyer (vor Bibliothek) 5 Minuten vor Unterrichtsbeginn abgeholt.
- Wege im Klassenverband: vor jeder Straße wird gewartet, bis der Lehrer diese frei gibt.

## 3. Verhalten in den Umkleidekabinen

- Alle verhalten sich rücksichtsvoll und halten Zimmerlautstärke ein.
- Das Essen in der Turnhalle, einschließlich der Umkleiden, ist untersagt.
- Beschädigungen (Schmierereien, Verunreinigungen, defekte Bänke oder Lampen etc.) sind sofort der Lehrkraft (nicht den Hallenwarten!) zu melden.
- In den Umkleideräumen und Toiletten ist auf Ruhe, Ordnung und Disziplin zu achten.
- Die Umkleiden sind sauber und unbeschädigt zu verlassen. Verantwortlich hierfür ist der Ordnungsdienst der Klasse.
- Hygieneartikel dürfen nicht in die Abflüsse geworfen werden.

## 4. Schultasche und Wertsachen

- Die Schultaschen der Klassenstufen 5 und 6 verbleiben im Klassenraum, sofern es sich nicht um eine Randstunde handelt. Die Schultaschen aller weiteren Klassen sind, wenn möglich, im Spind einzuschließen und nur im Ausnahmefall mit in die Sporthalle zu bringen (Platzmangel beachten).
- Wertsachen sind vor dem Unterricht in einem Schließfach zu verwahren. In der Kabine sind diese nicht versichert. Handys und zerbrechliche Gegenstände dürfen nicht mit in die Turnhalle gebracht werden. Bei Schaden besteht kein Regressanspruch.
- Die Fachschaft Sport empfiehlt, an Sport-Unterrichtstagen auf das Mitbringen jeglicher Wertgegenstände zu verzichten.
- Lehrkräfte sind nicht verpflichtet, Wertsachen aufzubewahren.

## 5. Sportkleidung

- o Auszug der Hallenordnung (Hausrecht): Es sind Hallenturnschuhe mit heller bzw. abriebfester Sohle zu tragen. Straßenschuhe, auch wenn es Turnschuhe sind, sind in der Turnhalle verboten.
- o **Für den Sportunterricht im Freien ist ein zusätzliches Paar Schuhe mitzubringen.**
- sportartgerechte Kleidung, entsprechend VwV Sicherheit im Schulsport:
  - o Sporthosen, möglichst ohne Taschen, **keine Hotpants!**
  - o T-Shirt, mindestens hüftlang
  - o **witterungsgerechte** Kleidung (Sportjacken (keine Kapuzenpullover), lange/kurze Hosen)
- Wenn Schülerinnen aus religiösen Gründen darauf bestehen, Kopfbedeckungen im Sportunterricht zu tragen, so ist dies aus der Sicht der Unfallverhütung nur dann möglich, wenn ...
  - o die Kopfbedeckung die Sicht der Schülerin nicht einschränkt,



Quelle:  
[https://www.teamsportbedarf.de/fussball/fussball-trainingshilfen/t-shirt-teamsportbedarf-hochwertig/a-1113/\(.21.08.23\)](https://www.teamsportbedarf.de/fussball/fussball-trainingshilfen/t-shirt-teamsportbedarf-hochwertig/a-1113/(.21.08.23))



- beim Tragen von Kopftüchern diese eng gebunden sind,
- sich keine Anstecknadeln im Kopftuch befinden und
- das Kopftuch unter das T-Shirt gesteckt wird, sodass keine Überlänge die Schülerin im Sportunterricht gefährdet.
- **Die Fachschaft Sport empfiehlt ein Sportkopftuch (Hijab)**, erhältlich bei: Sportscheck, Intersport Under Armour und Nike
- Schmuck, Uhren, Gürtel, Piercings, etc. (einschließlich nicht sichtbarer Schmuckstücke) sind unaufgefordert vor der Stunde abzulegen (siehe Erlass zur Sicherheit im Schulsport; AZ.: 24 – 6860.40/56/3 vom 28.05.2010) und in der Kabine/im Schließfach zu verwahren. Für Wertsachen wird keine Haftung übernommen.
- Die Fingernägel sind, aus Gründen der Sicherheit, auf ein angemessenes Maß zu kürzen.
- Schulterlange Haare sind zusammenzubinden; ein Stirnband genügt nicht.
- Das Kauen von Kaugummi und das Essen und Trinken sind während des Sportunterrichts nicht gestattet.
- Trinkpausen werden von der Lehrkraft angeordnet. Flaschen sind in den vorgesehenen Regalen bereitzustellen. Ein erneutes Betreten der Umkleiden ist nicht erlaubt.
- Wer eine Brille oder herausnehmbare Zahnspange trägt, spricht mit seinen Eltern ab, ob diese im Sportunterricht entfernt werden kann. Sportbrillen mit bruchsicherem Glas können ohne Bedenken getragen werden, nur Schäden an einer Sportbrille werden durch die Versicherung erstattet.
- Sportbefreite Schülerinnen und Schüler bringen vollständige Sportbekleidung und Turnschuhe zum Unterricht mit, über Aufgaben (bbspw. Coaching, Kampfrichter, Schüler-Beobachtung, Theorieaufgaben) entscheidet die unterrichtende Lehrkraft auf Grundlage der Gründe der Sportbefreiung.
- Vergessene oder schmutzige Sportschuhe sowie nicht korrekter Sportbekleidung ziehen den Ausschluss von der aktiven Teilnahme an der Sportstunde nach sich.
- Wird eine Schülerin oder ein Schüler in der Stunde (z.B. aufgrund vergessener/verschmutzter/nicht korrekter Ausrüstung) von der aktiven Teilnahme ausgeschlossen, wird eine in dieser Unterrichtseinheit zu erbringende Leistungskontrolle mit der Fachnote 6 benotet.
  - Wenn sich die Gelegenheit für eine Nachholung dieser Leistungskontrolle ergibt, kann aus der in der zweiten LK erreichte Note und der erteilten Note 6 das arithmetische Mittel gebildet werden.
- Nach dem Unterricht müssen verschwitzte Sachen gewechselt werden. Das Duschen ist möglich.
- Benutze Sportsachen sind regelmäßig waschen zu lassen bzw. auszutauschen.
- Die Eltern werden bei jedem Vorkommnis hinsichtlich der Sport-Ausrüstung über Vermerke in Edupage informiert.

## 6. Verhalten in der Turnhalle

- Es gelten neben der Hausordnung der Schule die Hallen-/Sportstättenordnung.
- Den Anweisungen der Lehrkräfte ist Folge zu leisten.
- **Im Sportunterricht verhält sich jeder fair und rücksichtsvoll.**
- **Bei groben Verstößen kann ein Ausschluss vom Sportunterricht erfolgen.**
- Mit Betreten der Turnhalle halten sich die Schüler am mit der Lehrkraft vereinbarten Ort (z.B. Sitzen im Mittelkreis, Sitzen auf einer Turnbank in einer Hallenecke, ...) auf.
- Aufgebaute Geräte sind erst nach Aufforderung durch den Lehrer zu benutzen.
- Zum Geräteaufbau eingeteilte Schülerinnen und Schüler tragen schwere Geräte immer mindestens zu zweit. Beim Aufbau schwerer Geräte helfen mindestens drei Schülerinnen und Schüler.
- Es ist darauf zu achten, dass sich kein Körperteil unter einem noch nicht gesicherten Gerät befindet.
- Vor der Benutzung der Geräte wird von der Lehrkraft geprüft, ob diese gesichert sind. Erst dann sind die Geräte freigegeben.
- Turngeräte sind nur mit den dafür vorgesehenen Mattensicherungen und ggfs. den erlernten Hilfe- und Sicherungsstellungen zu verwenden.
- Alle Schülerinnen und Schüler sind zur Hilfe- und Sicherheitsstellung verpflichtet.
- Während des Unterrichts ist das Aufsuchen der Umkleidekabinen nicht erlaubt. Über Ausnahmen entscheidet die Lehrkraft.
- Das Verlassen der Turnhalle ist nur mit ausdrücklicher Zustimmung der Lehrkraft erlaubt.
- Wird eine Schülerin oder ein Schüler in der Stunde wegen Verstößen gegen die Anweisungen der Lehrkräfte oder aufgrund von schwerem Fehlverhalten von der aktiven Teilnahme ausgeschlossen, wird eine in dieser Unterrichtseinheit zu erbringende Leistungskontrolle mit der Fachnote 6 benotet.
  - Wenn sich die Gelegenheit für eine Nachholung dieser Leistungskontrolle ergibt, kann aus der in der zweiten LK erreichte Note und der erteilten Note 6 das arithmetische Mittel gebildet werden.



- Die Eltern werden bei jedem gravierenden Vorkommnis hinsichtlich des Verhaltens über Vernetze in Edupage informiert.
- Derartige Verstöße haben Einfluss auf die Benotung im Wissen/Sozialverhalten des aktuellen Lernbereichs (25 % bzw. 30%, siehe Handreichung Sport im Freistaat Sachsen) – als Fachnote.

### **7. Beschädigungen & Zerstörungen**

- Mutwillig bzw. vorsätzlich zerstörte sowie gestohlene Sportgeräte müssen wertgleich ersetzt werden. (Reparatur oder Neukauf)
- Versehentlich beschädigte Sportgeräte sind umgehend der Lehrkraft zu melden.
- Defekte an den Sanitäranlagen sind dem Hallenpersonal und der Lehrkraft zu melden.

### **8. Unfälle**

- Jede Verletzung und jeder Unfall ist sofort der Lehrkraft mitzuteilen, darunter fallen auch heftige „Kopftreffer“, z.B. durch einen Ball oder Zusammenstoß.
- Bei plötzlichem Unwohlsein ist die Lehrkraft zu informieren.
- Verletzungen, die nicht einer sofortigen Behandlung bedürfen, werden im Unfallbuch vermerkt, das im Sekretariat ausliegt.
- Wird der Arzt aufgesucht, ist binnen 3 Tagen ein Unfallbogen, der im Sekretariat abgeholt werden kann, auszufüllen.
- Eine ärztliche Behandlung und anschließende Wiederherstellung nach den Richtlinien der Gesetzlichen Unfallkasse (Meißen) ist nur möglich, wenn der Schulunfall lückenlos nachgewiesen werden kann!

### **9. Sportbefreiungen/ Atteste**

- ein Tag bis zu zwei Wochen:  
Entschuldigung durch einen Erziehungsberechtigten unter Angabe der Gründe möglich
- ab drei Wochen: ärztliches Attest notwendig
- ab fünf Wochen: Attest vom Gesundheitsarzt bzw. Amtsarzt, inklusive Formblatt „Entbindung von der Schweigepflicht / ärztliche Empfehlungen für den Sportunterricht“ notwendig – über Ausnahmen entscheidet die Sportlehrkraft (z.B. bei offensichtlichen Verletzungen wie gebrochenem Bein)
- Für die Ausstellungen von Teil- und Vollattesten ist ebenfalls der Jugendärztliche Dienst zuständig (nicht der Facharzt; Unterlagen vom Facharzt sind dort vorzulegen). Ist ein Attest notwendig, sollte dieses innerhalb des ersten Schulmonats erbracht werden (z.B. bei Asthma-Erkrankungen). Die ist Lehrkraft sofort zu informieren, dass ein Attest folgen wird.
- Ist jemand durch eine Erkältung geschwächt, sollte die Lehrkraft informiert werden.
- Die Eltern dürfen jederzeit unter Angabe von Gründen darum bitten, dass ihr Kind selbst entscheiden darf, welche Übungen mitgemacht werden können. Dies ist beispielsweise bei Erkältungen, nach Impfungen oder leichteren Verletzungen möglich.
- **Sportbefreiung heißt nicht Unterrichtsbefreiung!**
- Sportbefreite bringen zu jeder Sportstunde ihre vollständige Sportausrüstung mit. Über Aufgaben entscheidet die unterrichtende Lehrkraft unter Berücksichtigung aller Umstände.
- Eine Sportbefreiung ist vor dem Unterricht vorzulegen. In absoluten Ausnahmefällen ist die Entschuldigung spätestens eine Woche später nachzureichen.
- Unentschuldigtes Fehlen bei einer Leistungskontrolle wird als eine nicht erbrachte Leistung (Sekundarstufe I: Note 6; Sekundarstufe II: 0 Notenpunkte) benotet.



**10. Benotung (vorbehaltlich GLK am 29.08.2023), Änderung möglich**

- Sekundarstufe I (Klassenstufen 5-10):
  - Es werden sechs (5/6) bzw. vier (7-10) Lernbereiche pro Schuljahr unterrichtet.  
**Nicht jeder Lernbereich muss benotet werden.**
  - Es werden **mindestens zwei Teilnoten pro Lernbereich** erteilt. Dazu zählen auch Noten des Komplexes „Wissen und Sozialverhalten“ (z.B. FairPlay-Einschätzung, Regeltestate, ...).  
**Die Lehrkräfte sind sich eines pädagogischen Umgangs mit der Zensierung bewusst und beachten verschiedene Bezugsnormen;** nicht ausschließlich die sachliche Bezugsnormen (Wertetabellen).  
Näheres regelt die Handreichung Sport des Freistaats Sachsen.
  - **Die Note auf dem Jahreszeugnis ergibt sich aus allen den Lernbereichs-Endnoten.** In der Regel wird dies das arithmetische Mittel aller benoteten Lernbereichs-Endnoten sein. Über die genaue Gewichtung der Lernbereichs-Endnoten entscheidet die Lehrkraft entsprechend der zeitlichen Anteile der Lernbereiche (vgl. §24(8) Schulordnung Gymnasien).



## **Schwimmunterricht**

**(nur Klassenstufe 6)**

Damit wir alle eine sichere und produktive Zeit im Wasser haben können, möchten wir euch einige wichtige Regeln und Hinweise mitteilen:

### **Verhalten am Beckenrand:**

- Das Rennen am Beckenrand ist strengstens verboten.
- Ebenso ist das Springen vom Beckenrand nicht gestattet, um Verletzungen zu vermeiden.

### **Eintritt ins Wasser:**

- Betretet das Wasser nur, wenn die Lehrkraft dazu auffordert.
- Bleibt vorher am Beckenrand, bis ihr die Anweisung erhaltet.

### **Hygiene:**

- Bevor ihr ins Wasser geht, ist das Duschen Pflicht.
- Dadurch halten wir das Wasser sauber und hygienisch.

### **Badekappenpflicht:**

- Tragt während des Schwimmunterrichts eine Badekappe.
- Schreibt euren Namen deutlich lesbar vorne darauf, um Verwechslungen zu vermeiden.

### **Gesundheitliche Einschränkungen:**

- Falls ihr unter Unwohlsein oder gesundheitlichen Einschränkungen (einschließlich Menstruationsbeschwerden) leidet, teilt dies bitte vor der Schwimmstunde eurer Lehrkraft mit.

### **Verhalten:**

- Respektiert eure Mitschülerinnen und Mitschüler.
- Das Unterwasserdrücken, Bedrängen beim Eintauchen oder das Spritzen von Wasser ist nicht gestattet.

### **Anweisungen des Lehrers:**

- Folgt den Anweisungen eurer Lehrkraft und der Rettungsschwimmer. Sie sind für eure Sicherheit und euren Lernerfolg verantwortlich.

### **Teilnahme:**

- Die Teilnahme am Schwimmunterricht kann nicht ausgesetzt werden. Sollte kein Amtsärztliches Gutachten oder Erkrankungen dem aktiven Sporttreiben im Weg stehen kann auch der Wechsel in andere Schwimmgruppen erfolgen, um Abwesenheit auszugleichen.
- **Wir verfolgen das Ziel das alle Schülerinnen und Schüler des Georg-Christoph-Lichtenberg-Schule nach der 6. Klasse eine Schwimmfähigkeit vorweisen, mit der wir ohne Bedenken in der 7. Klasse das Wasserlager zusammen antreten können!**

### **Zu jeder Stunde sind mitzubringen:**

- Badebekleidung, Badekappe (beschriftet mit Namen),
- Badelatschen, Handtuch, Duschbad



## **Lernbereich Zweikampfübungen (nur Klassenstufen 8 und 9)**

Um eine sichere und respektvolle Umgebung zu gewährleisten, sind folgenden Verhaltensregeln während des Lernbereichs Zweikampfübungen zu beachten.

### **Respekt zeigen:**

- Ein respektvoller Umgang ist die Grundlage für den Lernbereich.
- Achtet gleichermaßen auf euch selbst und eure Trainingspartnerinnen und -partner, um die Übungen verletzungsfrei zu bewältigen.
- Wenn euer Partner durch Abklopfen oder Aussprechen des Stopp-Signals signalisiert, dass er oder sie genug hat, beenden wir die Übung umgehend.
- Aggressives Verhalten ist nicht erwünscht – beim Kampfsport geht es um Kontrolle, über sich selbst und den Gegner!

### **Sicherheit beachten:**

- Bitte beachtet, dass kurze Nägel wichtig sind, um Verletzungen zu vermeiden.
- Zusätzlich schaut jeder von euch auf seinen Trainingspartner oder seine Trainingspartnerin, um sicherzustellen, dass auch kein Schmuck oder längere Nägel vorhanden sind, die teils schwere Verletzungen verursachen könnten.

### **Partnerarbeit:**

- Bei der Wahl eurer Trainingspartnerinnen und -partner ist es hilfreich, auf ähnlichen Körperbau zu achten.
- Zusätzlich ist es wichtig, durch das Üben mit verschiedenen Partnerinnen und Partnern eure Techniken zu vertiefen.

### **Kleidung:**

- Beim Betreten der Matten ist das Tragen von Socken nicht gestattet, um die Rutschgefahr zu minimieren.
- Falls ein Kopftuch getragen wird, muss sichergestellt werden, dass es festgebunden ist und die überhängenden Enden unter das T-Shirt gesteckt werden, um die Sicherheit während des Sports zu gewährleisten.
- Die Schülerinnen und Schüler tragen während des gesamten Lernbereichs "Zweikampfübungen" ihre Judoanzüge (bestehend aus Jacke, Hose und Gürtel), die in der Schule entliehen werden können.
- Durch die Anzüge wird sichergestellt, dass die private Sportkleidung nicht in Mitleidenschaft gezogen wird.
- Die Anzüge sind nummeriert. Die Schülerin bzw. der Schüler ist für diesen Anzug verantwortlich.
- Die Anzüge sind nach Abschluss des Lernbereichs zu Hause zu waschen und der Lehrkraft zurückzugeben.
- Es wird empfohlen, Judoanzüge bei anhaltendem Schweißgeruch zu waschen.
- Hinweise zum Waschen:
  - o Der Gürtel wird nicht mitgewaschen.
  - o Die Beigabe von Weichspüler ist unbedingt zu unterlassen!
  - o Der Anzug sollte möglichst einzeln und ausschließlich entsprechend der Hinweise des Waschanleitungs-Zettels im Judoanzug gewaschen werden. Vollwaschmittel sind zu empfehlen.
  - o Es ist möglich, dass der Anzug nach dem ersten Waschen um 3 bis 10 cm eingeht – daher sollte die erste Wäsche bei höchstens 30°C Wassertemperatur erfolgen.
  - o Die vollständige Trocknung des Anzugs benötigt in der Regel 3 bis 4 Tage. Die Trocknung an der Luft ist der Verwendung eines Trockners vorzuziehen.
  - o Je öfter ein Anzug gewaschen (oder maschinell getrocknet) wird, desto höher ist sein Verschleiß.