



INFORMATIONEN FÜR DEN SPORTUNTERRICHT

21.09.2026

Liebe Schülerinnen und Schüler, liebe Eltern und Erziehungsberechtigte,

dieses Informationsblatt soll einen Überblick über alle wichtigen Themen und Regelungen für den Sportunterricht am Penzberger Gymnasium geben.

1. BEFREIUNG VON DER SPORTAUSÜBUNG (Jahrgangsstufe 5-11)

Im regulären Sportunterricht wird in zwei Teilnahmeformen unterschieden, die für die Entschuldigungspraxis wichtig sind:

- 1.) Aktive Teilnahme: Ihr Kind nimmt an allen Sportübungen aktiv teil.
 - Sie müssen nichts weiter unternehmen.
- 2.) Passive Teilnahme: Ihr Kind besucht den Unterricht am Tag der Sportstunden, kann aber aus gesundheitlichen Gründen keine sportliche Belastungen durchführen (nach Impfungen, Verletzungen, ...).
 - Bitte entschuldigen Sie in diesem Fall ihr Kind **über das Elternportal bei der jeweiligen Sportlehrkraft (NEU!)** von der aktiven Teilnahme am Sportunterricht. Ihr Kind hat Anwesenheitspflicht während des gesamten Sportunterrichts, auch wenn dieser an Randstunden oder am Nachmittag ist. Je nach Gesundheitszustand wird ihr Kind in den Unterricht miteinbezogen (Erarbeitung von Theorieinhalten, Schiedsrichtertätigkeiten, Hilfe bei Auf- und Abbau, ...). Bei einer länger andauernden passiven Teilnahme ist ein ärztliches Attest notwendig und der Sportlehrkraft vorzulegen.

2. BEFREIUNG VON DEN SPORTUNTERRICHTSSTUNDEN (KLASSEN 5-11)

Unter einer Befreiung von Unterrichtsstunden im Sport ist zu verstehen, dass ihr Kind im Sportunterricht nicht anwesend ist. Eine Befreiung kann ausschließlich durch die Schulleitung ausgesprochen werden. Bei längeren Befreiungen oder einer grundsätzlichen Befreiung vom Sportunterricht ist dem Antrag zusätzlich ein ärztliches Attest beizulegen. Anfragen zur Befreiung vom Unterricht sind an Frau Skura zu richten.

3. ENTSCHULDIGUNGS- UND BEFREIUNGSPRAXIS Q12 UND Q13

Die gesonderten Regelungen in den Jahrgängen 12 und 13 sind über die Oberstufenkoordinatoren erhältlich.

4. BEGINN UND ENDE DES SPORTUNTERRICHTS

Der Sportunterricht beginnt in der Regel fünf Minuten nach offiziellem Stundenbeginn und endet etwa zehn Minuten vor dem regulären Stundenende. Diese Abweichungen vom normalen Stundenschema sind notwendig, um die Wege zwischen Schule,

Sportstätten bzw. Schülerbeförderung zurückzulegen. Vor dem Weg zur Sportstätte sollte der Vertretungsplan auf etwaige Sportvertretungen und der Aushang über einen Wechsel der Sportstätte (Halle, Stadion) überprüft werden.

5. SPORTKLEIDUNG

a.) Allgemeines

Die Sportbekleidung sollte funktionell und zweckmäßig sein. Aus hygienischen Gründen dürfen die Sportschuhe ausschließlich in den Sportstätten und nicht in der Schule oder auf dem Weg zur Sportstätte getragen werden. Folgende Grundausrüstung hat sich bewährt:

- Sport-Shirt
- Sporthose
- Sportschuhe mit sauberen und nicht abfärbenden Sohlen für die Halle und/oder für draußen
- Bekleidung für passive Schülerinnen und Schüler: Sportschuhe

b.) Sport im Freien (Stadion, Außenplatz der Wellenbadhalle, Berghalde)

Im Freien ist auf eine zur Witterung passende Kleidung zu achten: Im Sommer Sonnenschutz (Kappe), im Herbst gegebenenfalls Mütze, Jacke und Handschuhe. Bei hoher Sonneneinstrahlung empfehlen wir Sonnenschutzcreme aufzutragen.

c.) Schwimmkleidung

Die Badekleidung sollte gut sitzend sein und auch bei Wassersprüngen nicht verrutschen:

- Badeanzug, Sportbikini, Schwimmhosen oder kurze Schwimm-Shorts
- Schwimmbrille dringend empfohlen
- Bekleidung für passive Schülerinnen und Schüler: Aus hygienischen Gründen ist Straßenkleidung im Schwimmbad nicht erlaubt. In diesem Fall sind kurze Sporthosen und ein T-Shirt mitzubringen.

6. HYGIENE

In den Sportstätten sind Waschgelegenheiten und Duschen vorhanden. Hierfür bitte die Körperpflegeprodukte, ein Handtuch, einen Föhn, etc. eigenständig mitbringen. Im Schwimmunterricht ist das Duschen vor und nach dem Unterricht verpflichtend.

7. BETRETEN UND VERLASSEN DER TURNHALLE

Aus Gründen der Sicherheit und der Aufsichtspflicht dürfen Schülerinnen und Schüler die Turnhalle nur nach ausdrücklicher Genehmigung durch die Lehrkraft betreten und verlassen. Der Weg zur und von der Sportstätte ist auf dem direkten Weg unverzüglich zurückzulegen. Bei Nichtbeachtung erlischt der Versicherungsschutz.

8. SCHMUCK, HAARE UND KAUGUMMIS

Während des Sportunterrichts ist das Tragen von Schmuck, Uhren und Piercings aus Gründen der Verletzungsgefahr verboten. Sollten Piercings oder Ohringe nicht entfernt werden können, muss die entsprechende Stelle mit selbst mitgebrachtem Tape abgeklebt werden. Freundschaftsarmbänder können mit Schweißbändern gesichert werden. Lange Haare müssen mit einem Haargummi zusammengebunden sein. Das Kauen von Kaugummi ist aufgrund der Erstickungsgefahr während des Sportunterrichts untersagt.

9. WERTSACHEN UND MOBILE ENDGERÄTE

Am Tag des Sportunterrichts bitten wir darum, Schmuck, größere Geldbeträge und auch teure Schuhe oder Kleidung so weit wie möglich zu Hause zu lassen. Für Wertsachen und mobile Endgeräte stellt die Lehrkraft eine Box oder einen Beutel zur Verfügung. Je nach Gegebenheit wird die Box bzw. der Beutel in der Sporthalle oder in der Sportlehrerumkleide deponiert.

WICHTIGE HINWEISE:

- Die Lehrkraft haftet nicht für die gelagerten Gegenstände.
- Mobile Endgeräte dürfen in allen Bereichen der Sporthalle einschließlich der Umkleiden nicht genutzt werden. Ausnahmen sind nach Rücksprache mit der unterrichtenden Lehrkraft möglich.

10. VERLETZUNGEN

Schülerinnen oder Schüler, die sich im Sportunterricht verletzen und ärztlich versorgt werden, müssen eine schriftliche Unfallmeldung ausfüllen. Diese kann im Schülersekretariat in Papierform abgeholt oder auf der Homepage der Schule im Bereich „Sport“ als PDF-Datei heruntergeladen und ausgedruckt werden. Die ausgefüllte Unfallmeldung ist im Schülersekretariat abzugeben. Der Versicherungsträger der Schule übernimmt nach erfolgreicher Unfallmeldung die Kosten für die ärztliche Behandlung. Alle Sportlehrkräfte verfügen über eine Erste Hilfe-Ausbildung und eine Ausbildung als Rettungsschwimmerin bzw. Rettungsschwimmer.

11. GESUNDHEITLICHE EINSCHRÄNKUNGEN

Bei gesundheitlichen Einschränkungen bitten wir darum, diese der Sportlehrkraft mitzuteilen. Diese Informationen werden vertraulich behandelt.

Sollten noch Fragen bestehen, wenden Sie sich bitte an die Sportlehrkraft Ihres Kindes oder an die Fachleitung Sport.

Für die Fachschaft Sport

Alexandra Hoffmann, Fachleiterin Sport