

# Empfehlungen für den Sportunterricht

## 1. Gesundheit

- a. Die Gesundheit aller Beteiligten steht im Zentrum des Sportunterrichtes.
- b. Die Lehrperson bereitet den Unterricht so vor bzw. führt ihn so durch, dass die Sicherheit von Schülerinnen und Schülern gewährleistet ist.<sup>1</sup>
- c. Eltern/Erziehungsberechtigte melden der zuständigen Lehrperson gesundheitliche Beschwerden ihrer Tochter/ihres Sohnes (wie z.B. Leistungsasthma, Diabetes, etc.).<sup>2</sup>

## 2. Unterrichtsbeginn

- a. Die Sportlektion beginnt pünktlich, spätestens 5 Minuten nach der Pausenglocke. Somit haben alle genügend Zeit, sich umzuziehen (diese Empfehlung ist abhängig von den Schulhausregeln und der Infrastruktur).

## 3. Leistungsbereitschaft und Wohlbefinden

- a. Die Lehrperson berücksichtigt das individuelle Leistungsvermögen der Schülerinnen und Schüler und erwartet, dass sich alle gemäss ihren Möglichkeiten einsetzen.
- b. Um das Wohlbefinden aller zu gewährleisten, orientiert sich das Verhalten im Sportunterricht an der Fairplay Charta<sup>3</sup> und den allgemeinen Benimmregeln der Schuleinheit.
- c. Fühlt sich jemand durch andere Personen in seinem Wohlbefinden gestört, teilt sie/er dies der Lehrperson mit.

## 4. Sportkleidung und Körperhygiene

- a. Für den Sportunterricht verwenden die Schülerinnen und Schüler aus hygienischen Gründen eine separate Sportkleidung.
- b. Die Sportkleidung gehört zum Schulmaterial und ist bei jeder Sportlektion vollständig mitzubringen und anzuziehen.
- c. Die Sportkleidung sollte bequem sein und die Beweglichkeit nicht einschränken.
- d. Ein sauberes Schuhwerk ist beim Betreten der Turnhalle obligatorisch. Empfohlen sind Hallenturnschuhe, welche zur Unfallsprophylaxe geschnürt sind. Zudem gehören sporttaugliche Aussenschuhe (oder Freizeitschuhe) zur Grundausrüstung. Im Kindergarten und auf der Unterstufe sind Geräteturnschuhe (die so genannten «Schläppli») erlaubt.

<sup>1</sup> unter der Annahme die Anweisungen und Regeln der Lehrperson werden von den Schülerinnen und Schüler eingehalten.

<sup>2</sup> Vorlage für ein Meldeblatt in diesem Dossier enthalten

<sup>3</sup> Details dazu sind der Fairplay-Charta des Kompetenzzentrum Sportunterricht zu entnehmen



#### **4. Sportkleidung und Körperhygiene**

- e. Für die Vollständigkeit der Sportkleidung (T-Shirt, Sporthose und sauberes Schuhwerk) sind die Schülerinnen und Schüler bzw. deren Eltern / Erziehungsberechtigte verantwortlich.
- f. Schülerinnen und Schüler haben die Möglichkeit nach dem Sportunterricht zu duschen.
- g. Die Sportbekleidung soll der Jahreszeit angepasst werden, muss jedoch immer genügend bedecken (Unterwäsche sollte nicht sichtbar sein).
- h. Uhren und Schmuck sind vor dem Sportunterricht abzulegen.
- i. Kaugummis sind verboten.

#### **5. Garderobe und Wertsachen**

- a. Schülerinnen und Schüler halten sich nur in der ihnen zugewiesenen Garderobe auf.
- b. Die Garderobe wird unverzüglich nach dem Umziehen verlassen und sauber gehalten.
- c. Für Sachschäden, die in der Garderobe verursacht werden, kommen die fehlbaren Schülerinnen und Schüler, bzw. deren Eltern / Erziehungsberechtigte auf.
- d. Um Diebstähle zu vermeiden, sind Wertsachen in die Sporthalle mitzunehmen und an dem von der Lehrperson bestimmten Ort zu platzieren. Handys sind auszuschalten.

#### **6. Verletzte und nicht voll einsatzfähige Schülerinnen und Schüler**

- a. Grundsätzlich nehmen alle Schülerinnen und Schüler immer am Sportunterricht teil.
- b. Nicht einsatzfähige Schülerinnen und Schüler werden gemäss ihren Möglichkeiten integriert oder beschäftigt.
- c. Den Schülerinnen und Schülern wird die Möglichkeit geboten, im Unterricht den eigenen Heilungs- oder Aufbauprozess aktiv mitzugestalten (kräftigen, dehnen, aufbauende Formen).

#### **7. Infos & Feedbacks zum Sportunterricht**

- a. Anliegen zum Sportunterricht können an das Kompetenzzentrum für Sportunterricht gerichtet werden: [spa-sportunterricht@zuerich.ch](mailto:spa-sportunterricht@zuerich.ch)
- b. Informationen zum Kompetenzzentrum Sportunterricht sind auf der Webseite des Sportamtes erhältlich: [www.sportamt.ch/sportunterricht](http://www.sportamt.ch/sportunterricht)
- c. Infos zu Schulsport und Kursen werden in der Broschüre «Fit und Ferien» nach Hause geliefert und können ebenfalls auf der Homepage abgeholt werden.