

Gesunder und sicherer Schulsport . . .

Daran sollten Eltern und Schüler unbedingt noch denken:

Im Sportunterricht dürfen gemäß den amtlichen Bestimmungen keine Schmuckstücke (Armbanduhren, Kettchen, Ringe etc.) getragen werden. Sie können Verletzungen bei Mitschülern und beim Träger selbst verursachen.

- Ohringe, Ohrstecker und „Piercings“ sind herauszunehmen. Ist dies nicht möglich, sind sie mit einem Pflaster oder einem „Tape“ abzudecken.
- „Freundschaftsbänder“ so abdecken, dass sie nicht zu Gefährdungen führen, z. B. mit Schweißband, elastischer Binde.
- Schüler und Schülerinnen müssen wegen der Verletzungsgefahr lange Haare zusammenbinden.

Beachten Sie bitte:

Eltern sollten die Schule (Sportlehrer/ Sportlehrerin) über besondere gesundheitliche und körperliche Beeinträchtigungen ihres Kindes (z. B. Herzfehler, Allergien, Asthma, Epilepsie, Hämophilie, Diabetes, Wachstumsstörungen, Trommelfellverletzungen etc.) sowie bei und nach Infekten (z. B. Grippe) informieren. Dadurch kann die Sportlehrkraft die Übungsintensität auf ihr Kind abstimmen und die richtige gesundheitliche Betreuung vornehmen.

Es ist auch für einen ausreichenden Impfschutz gegen Wundstarrkrampf zu sorgen.

Zudem sollten Eltern beim Elternsprechtag auch die Sportlehrkraft aufsuchen und sich nach der Entwicklung ihres Kindes erkundigen.

Freistellung vom Sportunterricht:

Schüler und Schülerinnen können von den praktischen Teilen des Sportunterrichtes auf Grund eines ärztlichen Attestes je nach Dauer nur von der Sportlehrkraft bzw. der Schulleitung freigestellt werden.

Je nach Art der Erkrankung müssen Schülerinnen oder Schüler nicht unbedingt dem Sportunterricht fernbleiben. Durch Anwesenheit können diese die theoretischen Inhalte erfahren und sich in der Klassengemeinschaft nützlich machen (z. B. als Schiedsrichter bei Ballspielen).



Besondere Hinweise . . .

. . . für Brillenträger:

Auf die besondere Verletzungsgefahr beim Tragen von nicht schulsportgerechten Brillen wird nachdrücklich hingewiesen. Fachmännischen Rat über die notwendigen Anforderungen an eine schulsportgerechte Brille erhält man z. B. von einem Optiker. Sie sollte ein

- möglichst großes Blickfeld,
- elastische, schwer zerbrechliche Fassung,
- weiche, anpassbare Nasenauflage,
- splitterfreie Kunststoffgläser,
- weichen Überzug über die Bügelgelenke,
- festen Sitz (z.B. durch ein Brillenband),
- geringes Gewicht haben.

Der besonderen Verletzungsgefahr beim Tragen von nicht schulsportgerechten Brillen ist ggf. durch geeignete Maßnahmen zu begegnen.

. . . für Schülerinnen des islamischen Glaubens im Sportunterricht:

Der Unterricht im Fach Sport, wie auch der Schwimmunterricht als Bestandteil des Sportunterrichts, ist für alle Schülerinnen verbindlich. Hierbei ist eine für den jeweiligen Sportunterricht geeignete Sportkleidung zu tragen.

Kopftücher sollten beim Sportunterricht aus Gründen der Sicherheit und Unfallvermeidung nicht getragen werden.

. . . für behinderte Schülerinnen und Schüler im Sportunterricht:

Ist eine Schülerin oder ein Schüler behindert, so müssen sich Sportkleidung, Verhalten und Sicherheitsvorkehrungen daran orientieren. Durch eine gute Zusammenarbeit zwischen Eltern, Schülern, Schule und gegebenenfalls Fachärzten, können die Voraussetzungen für einen behindertengerechten und häufig auch gemeinsamen Sportunterricht geschaffen werden. Für Schüler, deren Behinderung eine Teilnahme am Sportunterricht der Förderschulen/Regelschulen nicht zulässt, bietet der Behinderten- und Versehrtensportverband Bayern e.V. mit Unterstützung des Kultusministeriums einen Ergänzungs- und Ersatzsportunterricht an.

Fair geht vor!

Schulsport ist nicht nur Spaß, Spannung, Begeisterung und Kräftemessen. Zum unbeschwertem, unfallfreien und freudvollen Sportunterricht gehört auch ein faires und partnerschaftliches Verhalten.

Eltern können durch ihren Einfluss dazu beitragen, dass ihre Kinder mit einer fairen und verantwortungsbewussten Einstellung am Sportunterricht teilnehmen.

Schüler können aktiv durch den Respekt gegenüber Mitschülern, die Anerkennung der Sportregeln, durch Hilfsbereitschaft, Kooperation und die Übernahme von Verantwortung den Schulsport fair gestalten.

Gesetzlicher Unfallversicherungsschutz

Wie bei allen schulischen Veranstaltungen und auf dem Schulweg sind Schüler auch bei Unfällen im Schulsport gesetzlich versichert.

Dieser Versicherungsschutz ist beitragsfrei. Sollte es trotz aller Sicherheitsbemühungen dennoch zu einem Unfall kommen, bei dem ein Arzt in Anspruch genommen wird, bitten wir Sie als Eltern bzw. Euch als Schüler auf Folgendes zu achten:

- Benachrichtigung der Schule, damit diese eine Unfallanzeige erstellt!
- Dem Arzt mitteilen, dass es sich um einen Schulunfall handelt! Er rechnet dann direkt mit dem Versicherungsträger ab. Keine Krankenversichertenkarte abgeben!
- Keine Privatrechnung akzeptieren, es sei denn, dies ist Ihr/Euer ausdrücklicher Wunsch!

Alles Weitere veranlasst der zuständige Unfallversicherungsträger.

Schulsport macht Spaß und hält gesund und fit – hilft mit!

Herausgeber:

Bayerisches Staatsministerium für Unterricht und Kultus,
Salvatorstraße 2, 80333 München
Bayerischer Gemeindeunfallversicherungsverband und
Bayerische Landesunfallkasse 80791 München
Unfallkasse München, Müllerstr. 3, 80469 München
unter Mitarbeit von: M. Rother.

Gestaltung: com-rat Kommunikations- und Medienberatung,
Im Weidach 29, 87527 Sonthofen
Druck: J. GOTTESWINTER GmbH - Grafischer Betrieb
Joseph-Dollinger-Bogen 22, 80807 München



SCHULSPORT



Information des



Bayerischen Staatsministeriums
für Unterricht und Kultus



und der Träger der gesetzlichen
Schülerunfallversicherung in Bayern:
Bayerischer Gemeindeunfallversicherungsverband
Bayerische Landesunfallkasse • Unfallkasse München

Liebe Eltern! Liebe Schüler!

Der Schulsport ist ein unverzichtbarer Bestandteil der umfassenden Bildungs- und Erziehungsarbeit an allen bayerischen Schulen.

Er dient nicht nur der Verbesserung der körperlichen und motorischen Leistungsfähigkeit und damit auch der Gesunderhaltung, sondern trägt auch zum Erwerb von Schlüsselkompetenzen wie Teamfähigkeit, Konfliktfähigkeit, Fairness, Anstrengungsbereitschaft und Durchhaltevermögen bei.

Und gerade dadurch leistet der Schulsport einen wichtigen Beitrag zum Auftrag der Schulen, nicht nur Wissen zu vermitteln, sondern genauso auch die Persönlichkeit zu bilden sowie die Entwicklung von Sozialkompetenz und Gemeinschaft zu fördern.



Dr. Ludwig Spaenle
Bayerischer Staatsminister
für Unterricht und Kultus

Unabdingbare Voraussetzung hierfür ist jedoch, dass im Sportunterricht Unfälle und Verletzungen vermieden werden.

Eltern und Schüler können hierzu einen wichtigen Beitrag leisten, denn auch im Schulsport bewahrt sich das altbekannte Sprichwort: „Ein kluger Kopf baut vor!“

Deshalb ist es uns gemeinsam mit dem Bayerischen Gemeindeunfallversicherungsverband ein besonderes Anliegen, Eltern und Schüler über wesentliche sicherheitsrelevante Belange des Sportunterrichts umfassend zu informieren.

München, im Februar 2009

Dr. Marcel Huber
Staatssekretär im
Bayerischen Staatsministerium
für Unterricht und Kultus



Die richtige Sportkleidung für den Unterricht in der Halle und im Freien:

- Sportkleidung aus hautfreundlichem und temperaturausgleichendem Material,
- ein kurzärmeliges T-Shirt (kein Unterhemd) und eine kurze Sporthose (bei Mädchen auch ein Gymnastikanzug) ermöglichen Bewegungsfreiheit, gute Helfergriffe und halten das Verletzungsrisiko gering,
- weiche, passende und schweißaufsaugende Socken,
- geeignete Sportschuhe.



Zusätzlich empfehlen wir einen Trainingsanzug

- zum Aufwärmen zur Vermeidung von Verletzungen,
- als Kälteschutz in den Übungspausen, zwischen Wettbewerben, bei kühlen Sporthallen in der Übergangszeit und im Winter,
- als Schutz vor Kälte und Wind beim Sport im Freien.

Die gesamte Sportausrüstung gehört in eine Sporttasche bzw. in einen Sportbeutel.

Bitte achten Sie darauf, dass die Sportkleidung regelmäßig gewaschen wird und nicht verschwitzt in der Sporttasche liegen bleibt.

Nicht geeignet für den Sportunterricht sind:

- **Straßenkleidung** (geringe Bewegungsfreiheit, Unfallgefahr, mangelnde Hygiene),
- **Straßenschuhe** (Gefahr auszurutschen oder umzuknicken, Schmutz, Beschädigung des Hallenbodens),
- **sportliche Aktivitäten in Strümpfen, Strumpfhosen oder barfußig ohne Sportschuhe** (große Verletzungsgefahr z. B. durch Ausrutschen oder Hängenbleiben, Erkältungsrisiko, mangelnde Hygiene),
- **weite, lange Ärmel oder Hosen** (Gefahr hängen zu bleiben, Helfergriffe können nicht angewandt werden),
- **Schmuck** (Risiko sich und andere zu verletzen).

... für den Schwimmunterricht:

- Badehose bzw. Badeanzug und, falls es die Schwimmordnung fordert, eine Bademütze,
- eine Schwimmbrille kann Augenreizungen verhindern und ermöglicht größere Lernerfolge,
- Duschgel/Seife zur Körperreinigung und ein Handtuch zum Abtrocknen nach dem Schwimmunterricht,
- wärmende, trockene Kleidung und besonders im Winter: Mütze, Schal und Handschuhe, um Erkältungen zu vermeiden.



Nach dem Schwimmen duschen und Haare föhnen nicht vergessen!

Der geeignete Sportschuh

Vollkommen ausreichend für den Sportunterricht in der Halle und auf der Allwetteranlage im Freien ist der „Universal-Hallen-Sportschuh“ (z. B. Basketball- oder Handballschuh).

Nicht geeignete oder unzureichende Sportschuhe stellen ein erhebliches Verletzungsrisiko dar. So bietet z. B. ein Laufschuh (Joggingschuh) in der Halle bei Ballspielen nicht die notwendige Drehfreudigkeit und keine ausreichende Dämpfung bei Sprüngen. Durch seine besondere Sohlenkonstruktion ist zudem die Gefahr des Umknickens erhöht.

Sportschuhe, die man im Sportunterricht in der Halle trägt, sollen nicht auf der Straße getragen werden. Sie bringen Schmutz in die Sporthalle, erhöhen dadurch das Unfallrisiko (Rutschgefahr) und die Gefahr der Verbreitung von Krankheitserregern.

Wird der Hallensportschuh im Freien benützt, ist vor der weiteren Nutzung in der Sporthalle eine gründliche Reinigung des Schuhs erforderlich.

Joggingschuh



Universal-Hallen-Sportschuh

Darauf sollte beim Sportschuhkauf geachtet werden:

- Sohlenkonstruktion, die für schnelle Drehbewegungen geeignet ist und unter dem Fußballen ein hohes Dämpfungsvermögen aufweist,
- haltbares, formstabiles und verstärktes Obermaterial,
- Fußbett und Gelenkstütze,
- „Non-Marking“-Sohle, d. h. die Sohle hinterlässt keinen farbigen Abrieb auf dem Hallenboden (Vorschrift in Sporthallen!),



Ideal für den Sportunterricht:
Universal-Hallen-Sportschuh (Schulsportschuh)

- Passform und Komfort (für jüngere Schüler kann ein Sportschuh mit Klettverschluss wegen der leichteren Handhabung vorteilhaft sein),
- Gymnastikschuhe („Turnschlappen“) sind nur für Turnen, Gymnastik und Tanz zweckmäßig, als „Allroundschuh“ für den Sportunterricht eignen sie sich jedoch nicht,
- teure Spezialschuhe, wie sie im Hochleistungssport verwendet werden, sind für den Schulsport nicht erforderlich.

Beachten Sie bitte:

Joggingschuhe sind wegen ihrer Sohlenkonstruktion für den Sportunterricht in der Halle und auf Kunststoffbelägen im Freien (z.B. Allwetterplatz) nicht geeignet!

Man sollte sich beim Kauf also gut beraten lassen und die Möglichkeit nutzen, qualitativ hochwertige Auslaufmodelle preisgünstig zu erwerben.