



Quentin-Blake-Grundschule 06G12

Staatliche Europa-Schule Berlin

Hüttenweg 40 • 14195 Berlin

Tel: (030) 90 29 9 - 80 31 • Fax: (030) 90 29 9 - 80 25

www.qbgs.de • info@qbgs.de

REGELN FÜR DEN SPORTUNTERRICHT RULES FOR PHYSICAL EDUCATION

Sportkleidung

Lehrkräfte tragen Sportkleidung.

Die Sportkleidung der Schüler*innen ist als Unterrichtsmaterial anzusehen.

Die Kleidung wird entsprechend zum Sportunterricht gewechselt. Vor und nach dem Unterricht ziehen sich die SchülerInnen um.

Zur Sportkleidung gehören ein Sport T-Shirt, eine Sporthose und sporttaugliche Sportschuhe sowie ggf. ein Zopfband.

Mützen werden im Sportunterricht nicht getragen.

Die Halle darf nur mit sauberen Sportschuhen und streifenfreien Sohlen benutzt werden.

Schmuck/ Längere Haare

Schmuck und Uhren müssen vor dem Sportunterricht abgelegt werden.

In bestimmten Fällen (z.B. frisch gestochene Ohrlöcher) können Ohringe mit selbst mitgebrachten Pflastern abgeklebt werden.

Längere Haare müssen zusammengebunden werden.

Wertgegenstände

Wertgegenstände sollten zu Hause gelassen werden.

Es wird keine Haftung übernommen.

Beurlaubung

Ist nur aus gesundheitlichen Gründen möglich.

Die Beurlaubung ist schriftlich zu beantragen und ein Attest ist ggf. beizufügen.

Auch bei einer Sportbefreiung besteht grundsätzlich Anwesenheitspflicht.

Sportswear

Teachers wear sports clothing.

Pupils' sportswear is to be regarded as teaching material.

Clothing will be changed accordingly for PE lessons. Pupils change before and after lessons.

Sports clothing includes a sports T-shirt, sports trousers and sports shoes suitable for sports and, if necessary, a ponytail.

Caps are not worn in PE lessons.

The hall may only be used with clean sports shoes and stripe-free soles.

Jewellery/ Longer hair

Jewellery and watches must be taken off before PE lessons.

In certain cases (e.g. freshly pierced ears) earrings can be taped with plasters brought along by the student.

Longer hair must be tied up.

Valuables

Valuables should be left at home.

No liability will be accepted.

Permission of absence

Is only possible for health reasons.

Permission of absence must be applied for in writing and a medical certificate must be enclosed if necessary.

Attendance is compulsory even in the case of a sports permission of absence.

Ihr Kind benötigt für den Sportunterricht: Your child will need:



Sportbeutel
Sport bag



Sporthose
Shorts



Tshirt



Socken
Socks



Sportschuhe
(nur weiße Sohlen)
Sport shoes
(only white soles)

REGELN FÜR DEN SCHWIMMUNTERRICHT

RULES FOR SWIMMING LESSONS

Schwimmunterricht

Schwimmbekleidung: enganliegende Badehose / Badeanzug, Handtuch, Duschzeug, warme Mütze, 10 ct für den Haarfön

Bei aktueller Erkrankung/Verletzung ist eine schriftliche Entschuldigung vorzulegen.

Ich halte mich an die besprochenen Regeln für den Schwimmunterricht.

Hygieneregeln und sonstige Regeln:

Längere Haare werden zusammengebunden oder mit einer Badekappe zusammengefasst.

Abduschen und Abseifen ohne Badebekleidung.

Nach dem Duschen gründlich abtrocknen.

Die Schränke werden eingeräumt.

Nach dem Schwimmunterricht werden die Haare ggf. gefönt und eine Mütze aufgesetzt.

Werden Sport- oder Schwimmsachen dreimal vergessen, werden die Eltern schriftlich informiert.

Regeln für den Schwimmunterricht:

Schmuck und Uhren lasse ich zu Hause oder in der Umkleidekabine.

Ich dusche vor dem Schwimmen.

Nach dem Duschen warte ich im Duschkabine bis uns die Lehrerin abholt.

Zu Beginn der Stunde setze ich mich auf die Bank.

Ich gehe nie ohne Aufforderung ins Wasser.

Ich gehe im Schwimmbad langsam und laufe nicht.

Ich rutsche aus dem Sitz ins Wasser und springe nicht vom Beckenrand.

Ich verhalte mich rücksichtsvoll, tauche niemanden unter und stoße oder schubse niemanden.

Ich achte genau auf die Anweisungen und Signale der Lehrerin.

Bei Übelkeit, Ohren- oder Bauchschmerzen o.ä. sage ich der Lehrerin sofort Bescheid.

Nur bei Gefahr rufe ich um Hilfe.

Wenn ich zur Toilette muss, melde ich mich bei der Lehrerin ab.

Nach dem Schwimmunterricht verlasse ich vor der Lehrerin die Schwimmhalle und kehre niemals allein in die Halle zurück.

Werden Sport- oder Schwimmsachen dreimal vergessen, werden die Eltern schriftlich informiert.

Swimming lessons

Swimwear: tight-fitting swim trunks / swimming costume, towel, shower kit, warm hat, 10 ct for hair dryer.

In case of current illness/injury, a written excuse must be submitted.

I will abide by the discussed rules for swimming lessons.

Hygiene rules and other rules:

Longer hair is tied up or gathered with a bathing cap.

Showering and soaping off without swimwear.

Dry off thoroughly after showering.

Lockers are put away.

After swimming lessons, hair is blow-dried if necessary and a cap is put on.

Rules for swimming lessons:

I leave jewellery and watches at home or in the changing room.

I shower before swimming.

After the shower, I wait in the shower room until the teacher picks us up.

At the beginning of the lesson I sit down on the bench.

I never go into the water without being asked.

I walk slowly in the pool and do not run.

I slide out of my seat into the water and do not jump off the edge of the pool.

I behave considerately, do not dunk anyone and do not push or shove anyone.

I pay close attention to the teacher's instructions and signals.

In case of nausea, earache, stomachache or similar, I tell the teacher immediately.

Only in case of danger do I call for help.

If I have to go to the toilet, I report to the teacher.

After swimming lessons, I leave the pool hall before the teacher and never return to the pool hall alone.

If sports or swimming clothes are forgotten three times, parents will be informed.