

Bewegung und Sport am Stiftsgymnasium Melk 2016/2017

noch mehr Infos unter
www.stiftsgymnasium-melk.org/sport/

Sportstätten

Das Stiftsgymnasium Melk verfügt über eine moderne Dreifachsporthalle, sowie über umfangreiche Außensportanlagen.

Dreifachhalle	Außensportanlage
<ul style="list-style-type: none"> - 46x26x7,5 Halle, die gedrittelt werden kann - Tribüne - neue, vielfältige Sport- und Turngeräte - 6 Umkleidekabinen 	<ul style="list-style-type: none"> - 400m Laufbahn - Kugelstoßanlage - Weitsprunganlage - Basketballplatz - Handballplatz - Beach-Volleyballplatz - 2 große Fußballfelder, - Universal Rasenflächen

Unterricht außerhalb

Freibad	Fitnesscenter
<p>An heißen Mai und Junitagen kann der Sportunterricht im Wachaubad Melk stattfinden. Die Schüler/-innen werden rechtzeitig von den Sportlehrer/-innen informiert.</p>	<p>In der Oberstufe werden manchmal Sportstunden genutzt, um das örtliche Fitnesscenter kennenzulernen.</p>
Eislaufplatz	Unverbindliche Übungen
<p>Eislaufen wird in den Wintermonaten am Eislaufplatz angeboten. (ermäßigter Eintritt ist zu bezahlen) Schüler/-innen, die keine Eislaufschuhe besitzen können sich diese vor Ort gegen Gebühr ausborgen.</p>	<p>Einige Unverbindliche Übungen, wie z.B. Klettern, Tennis, Mountainbiken, etc. finden an anderen Orten statt. Infos erfolgen rechtzeitig.</p>



Hinweise zu disloziertem Unterricht

Findet der Sportunterricht an einer dieser auswärtigen Sportstätten nahe der Schule statt, können Schüler/-innen ab der 3. Klasse nach den Randstunden (5/6, 8/9, 10/11) von dort entlassen werden. Schüler/-innen, deren Wohnort bzw. deren Haltestelle am Heimweg liegt, dürfen direkt dorthin gehen. Für alle anderen gilt diese Regelung nur gegen schriftliche Einverständniserklärung der Eltern.

Ausrüstung

Sporttasche

Die Sportbekleidung muss regelmäßig zum Waschen mit nach Hause genommen werden. Wird die Sporttasche in der Schule gelassen, sollte es sich bei dieser aus hygienischen Gründen um eine Tasche handeln, die luftdurchlässig ist.



zu empfehlen	nicht geeignet
Sporttasche (event. mit Netzfach für die Schuhe) Rucksack etc. Sportsackerl aus Stoff	Plastiksackerl

Sportbekleidung

Schüler/-innen brauchen eine, für den Sport geeignete, Kleidung. Bitte beachten Sie, dass die Wahl der Sportstätten von der Witterung abhängig ist. Aus diesem Grund sollten Schüler/-innen vor allem in der Übergangszeit (September/Oktober und ab März) sowohl Kleidung für den Sportplatz, als auch für die Sporthalle mitnehmen. (+ Überkleidung wie Sweatshirt, Jacke, Funktionswäsche, ...)



notwendig	ungeeignet
<ul style="list-style-type: none"> - Sporthose (lang/kurz) - Sportleibchen - Trainingsanzug / Funktionsunterwäsche - eigene Sportsocken - Unterwäsche zum Wechseln - Handtuch 	<ul style="list-style-type: none"> - Jeans - Hosen mit Außentaschen an den Beinen - Hosen mit Nieten oder Reißverschlüssen



Hinweis

Es kommt sehr oft vor, dass Schüler/-innen ihre Sportsachen in der Schule oder am Sportplatz vergessen. Bitte kontrollieren Sie zuhause die Sportbekleidung. Es ist hilfreich die Kleidung/Schuhe klar zu kennzeichnen, damit Schüler/-innen ihre Sachen nicht verwechseln.

Vergessene Kleidung wird gesammelt und eine Zeit lang aufgehoben. Danach wird sie einer karitativen Organisation gespendet.

Sportschuhe

Schüler/-innen brauchen Sportschuhe für die Halle und ein zweites Paar für die Außensportanlagen.

Für Hallenschuhe gelten folgende Richtlinien:

- Sohle und Oberteil dürfen nicht abfärben (wird von den Sportlehrer/-innen überprüft)
- müssen sauber sein
- sollen stabilen Halt und gute Dämpfung für den Fuß bieten



geeignet für die Halle	nicht geeignet für die Halle
<ul style="list-style-type: none"> - Hallensportschuhe (Indoorschuhe) - Sportschuhe mit heller Sohle 	<ul style="list-style-type: none"> - dunkle Sohlen bzw. jede Sohle, die abfärbt - Schuhe, deren Oberteil abfärbt
geeignet für draußen	nicht geeignet für draußen
<ul style="list-style-type: none"> - Laufschuhe / Outdoorschuhe - klassische Sportschuhe 	<ul style="list-style-type: none"> - Straßenschuhe / Sneakers - Fußballschuhe - Skaterschuhe etc.

Informationen zum Sportunterricht

Freistellung vom Sportunterricht

- Die Anwesenheit im Sportunterricht ist auch bei einer Entschuldigung des Erziehungsberechtigten (gilt nur als Befreiung vom aktiven Mittun) verpflichtend. Fernbleiben vom Sportunterricht ist nur in Sonderfällen bzw. bei einer *Sportbefreiung* erlaubt. Diese wird vom Schularzt, bzw. vom Fach/Hausarzt attestiert.
- Für die Abwesenheit in Randstunden ist eine Sportbefreiung notwendig. Nur bei einer zusätzlichen Bestätigung der Aufsichtsverantwortung der Erziehungsberechtigten können Schüler/-innen in besonderen Fällen früher entlassen werden.

Verhalten

- Schüler/-innen, die gegen die Hallenordnung bzw. gegen die Schulordnung verstoßen und die die eigene Sicherheit und die anderer gefährden, müssen mit Disziplinierungen rechnen.
- Jede willkürliche und vorsätzliche oder grob fahrlässige Beschädigung oder Zerstörung von Einrichtung und Sportgeräten geht zu Lasten der Eltern.



Weiter Hinweise

- Uhren, Ketten und Schmuck dürfen aus Sicherheitsgründen im Sportunterricht nicht getragen werden.
- Bitte nehmen Sie zur Kenntnis, dass im Sportunterricht zu Bruch gegangene Brillen erfahrungsgemäß kein Haftpflicht-Fall sind, weder für die Schule, noch für eine(n) Mitschüler/-in. Sorgen Sie deshalb bitte gegebenenfalls für eine bruch sichere Sportbrille bzw. für eine eigene Brillenversicherung!
- Wertgegenstände (Handys, Schmuck, Uhren) können in den Garderoben gelassen werden.
- Schüler/-innen mit langen Haaren müssen aus Sicherheitsgründen die Haare zusammengebunden haben.
- Ohringe, Piercings, Eventbänder, ... müssen aus Gründen der Sicherheit entfernt oder abgeklebt werden.

Unverbindliche Übungen

Zur besonderen Bewegungs-Förderung wird am Stiftsgymnasium eine Vielzahl an Unverbindlichen Übungen angeboten. Nach Anmeldung zu einer speziellen Übung ist die Teilnahme verpflichtend. Die Unverbindlichen Übungen werden meistens koedukativ und klassenübergreifend abgehalten.

sportliche Unverbindlichen Übungen 2016/17

- Fußball
- Volleyball
- Ballspiele
- Gerätturnen
- Tennis
- Klettern
- Leichtathletik
- Fitness / Schwimmen
- Langlauf / Mountainbiken
- Rudern

bewegte Pause – offene Sporthalle

Für die Unterstufen-Klassen ist jede zweite große Pause (zw. 4. und 5. Stunde) die Sporthalle als Bewegungsraum geöffnet.

Die Schüler/-innen ziehen nur die Hausschuhe aus und können sich in Socken und Alltagskleidung mit diversen Bällen und anderen Kleingeräten selbstständig bewegen.

Die Aufsicht ist durch Sportlehrer/-innen gewährleistet.

Sport- und Projektwochen

Sport- und Projektwochen sind Schulveranstaltungen mit sportlichem Schwerpunkt. Zur Zeit sind in den einzelnen Schulstufen folgende Angebote vorgesehen:

2. Klasse	3. Klasse	4. Klasse	5. Klasse
Wintersportwoche Hochkar	Wintersportwoche Schladming	Sommersport- und Projektwoche Zell/See	Wintersportwoche Saalbach



Hinweise:

- Finanzielle Unterstützung für die einzelnen Sportwochen kann durch den Landesschulrat gewährt werden. Informationen erhalten Sie bei der Schülerberatung.
- Hochwertige Ski- und Snowboardausrüstungen können bei den Wintersportwochen günstig ausgeborgt werden.

Wettkämpfe

Regelmäßig finden schulinterne, regionale und überregionale Wettkämpfe in den unterschiedlichsten Sportdisziplinen statt. Unsere Schulmannschaften vertreten das Stiftsgymnasium zur Zeit in den folgenden Bereichen:

Fußball Unterstufe (Burschen und Mädchen)
 Fußball Oberstufe (Burschen und Mädchen)
 Volleyball Unterstufe
 Volleyball Oberstufe
 Ski alpin
 Beachvolleyball
 Leichtathletik
 Tennis
 Rudern

Ausgewählte Schüler/-innen können an den Schulwettkämpfen teilnehmen. Bitte unterstützen Sie ihren Sohn/ihre Tochter, indem Sie ihm/ihr die Teilnahme ermöglichen.

Eine ereignisreiche Schulzeit mit

- Freude an vielfältiger Bewegung
- Entwicklung eines gesunden Körperbewusstseins
- wertvollen sozialen Kontakten
-

wünscht

das Team der Sportlehrerinnen und Sportlehrer am STG Melk