

## Handreichung für den Sportunterricht an der Lichtenbergschule DA ab dem 17.08.2020 (Stand 15.08.2020, ZI)

(vgl. [Hygieneplan Corona für die Schulen in Hessen vom 12.08.2020](#), inkl. [Anhang 2](#) sowie [SWAY des ZFS Hessen](#)).

### Körperlichen Kontakt reduzieren

- Soweit es für den Sportunterricht erforderlich ist, kann vom Mindestabstand abgewichen werden.
- Direkte körperliche Kontakte sind auf das sportartspezifisch notwendige Maß zu reduzieren.
- Unterricht im Inhaltsfeld „Mit und gegen Partner kämpfen – Ringen – Raufen“ ist nicht erlaubt.

### Hygiene- und Schutzregeln einhalten

- Auf Umarmungen und Händeschütteln verzichten.
- Häufig und gründlich die Hände waschen.
- Husten- und Niesetikette einhalten.
- Mund-Nase-Bedeckung ist in der Umkleidekabine zu tragen. Sofern in der Schule nicht anders geregelt, ist die Mund-Nase-Bedeckung auch in Gebäuden oder auf dem Gelände der Schule zu tragen.\*
- Wenn Geräte benutzt werden, ist besonderer Wert auf die Einhaltung der Hygieneregeln zu legen!

### Verfügbaren Raum nutzen

- Jeder Gruppe wird innerhalb einer Sportstätte ein fester Bereich zugewiesen.
- Unterricht und Angebote im Freien sind aufgrund des permanenten Luftaustausches bei der Wahlmöglichkeit zu bevorzugen.
- Unterricht ist auf allen öffentlichen und privaten Sportanlagen, die der Schule zugewiesen sind, zulässig.
- Besondere Hygienekonzepte der Betreiber der Sportstätten und Schwimmbäder sind zu beachten. Es gelten die strengeren Regelungen.
- Umkleiden dürfen mit Mund-Nase-Bedeckung genutzt werden. Der zeitliche Aufenthalt ist kurz zu organisieren. Wenn möglich, die Umkleidekabinen gründlich lüften.

### Feste Klassen- oder Lerngruppen bilden

- Die Lerngruppen sollen – wenn möglich – in einer festen Zusammensetzung bleiben.
- Im außerunterrichtlichen Schulsport sind ebenfalls feste Lern- und Trainingsgruppen zu bilden.

### Risikogruppen schützen

- Schülerinnen, Schüler oder Studierende, die bei einer Infektion mit dem SARS-CoV-2-Virus aufgrund einer vorbestehenden Grunderkrankung oder Immunschwäche dem Risiko eines schweren Krankheitsverlaufs ausgesetzt wären, können im Präsenzunterricht beschult werden, wenn insbesondere die Mindestabstandregel eingehalten wird. Durch Differenzierungsmaßnahmen sind hier individuelle Lösungen zu schaffen.

### Risiken in allen Bereichen minimieren

- Bewegungs- und Organisationsformen sind so zu wählen, dass die Einhaltung der genannten Regeln möglich ist.



➤ Sportunterricht (außer „Kämpfen, Ringen, Raufen“) und Sport-AGs können unter **Einhaltung von bestimmten Schutzmaßnahmen** (siehe S. 1) erteilt werden und sollen für alle Jahrgangsstufen in **Präsenzform** stattfinden.

➤ Bewegungsfördernde Elemente sind im Unterricht aller Fächer und in den Pausen möglich (→ **Bewegte Pause**).

➤ **Schwimmunterricht** ist nach aktuellem Stand erst ab Montag, den 14.09.2020 unter eingeschränkten Bedingungen möglich.

➤ Es dürfen grundsätzlich alle **Materialien und Geräte** eingesetzt werden, man sollte sich aber auf das Nötigste beschränken. Nach Möglichkeit können Kleingeräte einzelnen SuS zugeordnet werden oder nach Absprache kann eigenes Equipment mitgebracht werden. → **Handhygiene** wichtig! Bei starker Benutzung sollten die Geräte (z.B. Turnmatten mit Schweiß) abgewischt werden – eine Desinfizierung ist nicht erforderlich bzw. sogar im Einzelfall materialschädigend.



➤ Auf dem Weg zum Sportunterricht und in den Umkleidekabinen muss eine **Mund-Nase-Bedeckung** getragen werden. **Warteschlangen** vor, im und nach dem Unterricht sind zu **vermeiden**. Zwei feste Wartebereiche vor der Sporthalle sollen helfen, die Klassen zu trennen und versetzt Einlass zu gewähren. Die SuS gehen nicht eigenständig in die Halle, sondern werden von der Sportlehrkraft abgeholt. Der Aufenthalt in den **Umkleidekabinen** (gut lüften!) soll zeitlich nur kurz sein – innerhalb einer Klasse kann auch ein zeitlich versetztes Nutzen sinnvoll sein.

➤ Bei gesundheitlichen Notfällen muss **Erste-Hilfe** geleistet werden – eine Erste-Hilfe-Tasche sollte auch außerhalb parat stehen.

➤ Es ist ratsam, Übungen auszuwählen, die ohne **Hilfeleistung** durchgeführt werden können. Bei bestimmten Aufgaben (z.B. beim Turnen) ist es andererseits möglich bzw. notwendig, aktive Sicherheitsstellung anzubieten.

➤ Innerschulische, schulsportliche **Wettkämpfe** (Sporttage, Bundesjugendspiele) können grundsätzlich zwar stattfinden, es sind allerdings klassenbezogene Challenges bzw. feste Teams aus Klassen zu bevorzugen. Eine Durchmischung mit SuS aus anderen Klassen soll vermieden werden.

➤ Wenn die Nachweisfristen für die **Auffrischung der Rettungsfähigkeit und der Ersten Hilfe** in der Zeit vom 16. März 2020 bis zum 31. März 2021 ablaufen, muss der Nachweis bis zum 31. Dezember 2021 erbracht werden.

→ **Zusammenfassend ist zu sagen, dass jede Sportlehrkraft mit den Lockerungen und den damit geschaffenen Möglichkeiten verantwortungsbewusst, sorgsam und sensibel umgehen muss. Die wichtigste „Regel“ (auch in Rechtsfragen) lautet:**

**„Direkter Körperkontakt und Materialien sind auf das sportartspezifisch notwendige Maß zu reduzieren“!**

