



Hygieneplan Sport – Szenario A



Stufe 3 (A)
Starkes
Infektionsgeschehen
ab 50
Neuinfektionen
pro 100.000 in 7 Ta-
gen

Bild: OpenClipart-Vectors/Pixabay

Stand: 20. November 2020

Update



Update „3 A“ für den Sportunterricht

Für den Sportunterricht an den BBS des Landkreises Oldenburg sind im Hinblick auf den „Hygieneplan Sport – Szenario A“ (Stand: 25. Oktober 2020) **ab sofort** die folgenden **Änderungen und Ergänzungen verbindlich** einzuhalten und umzusetzen:

1.) Abstand und Kontaktlosigkeit

Sportunterricht findet im Klassen- oder Kursverband und außerunterrichtlicher Schulsport in Gruppen bis höchstens 35 Personen innerhalb der festgelegten Kohorten statt.

Die Sportlehrkräfte achten darauf, dass **ein Mindestabstand von zwei Metern während der gesamten Sportausübung** eingehalten wird. Dazu können z. B. Aufenthaltsplätze und/oder Bewegungszonen markiert werden. Direkte körperliche Hilfestellungen dürfen nur, wenn zur Unfallverhütung erforderlich und dann nur mit Mund-Nasen-Bedeckung, gegeben werden. In Unterrichtsphasen ohne sportliche Aktivität, ist eine Mund-Nasen-Bedeckung zu tragen.

Die Benutzung von Spiel- und Sportgeräten ist unter Beachtung der sportartenspezifischen Hinweise unter 4.) erlaubt. Das heißt, dass das Fußball- oder Handballtraining z. B. in Form von Passen, Dribbeln oder Hütchen-Lauf möglich ist. Eine Wettkampfsimulation z. B. in Form von Zweikämpfen bleibt untersagt. In Zweikampfsportarten kann also nur Individualtraining stattfinden.

2.) Händedesinfektion

Das Desinfizieren der Hände ist nur dann sinnvoll, wenn ein Händewaschen nicht möglich ist. Um ein Desinfizieren der Hände zu ermöglichen, wurde die Sporthalle mit Desinfektionsspendern ausgestattet und zwar

1. am Ein- bzw. Ausgang der Sporthalle (Abgang zu den Umkleideräumen bzw. 2/3 Halle), gleich rechts neben der Tür,
2. am Ein- bzw. Ausgang der Sporthalle (Ausgang aus dem kleineren Hallenndrittel), gleich links neben der Tür,
3. im Foyer in der Mitte des Foyers an der Tür,
4. im Regieraum.

Die Orte der Desinfektionsspender sind so platziert, dass sich jede Schülerin / jeder Schüler und auch jede Sportkollegin / jeder Sportkollege vor, während und nach dem Sportunterricht die Hände desinfizieren kann.

Es muss Desinfektionsmittel in ausreichender Menge (3 ml) in die trockene Hand gegeben und bis zur vollständigen Abtrocknung ca. 30 Sekunden in die Hände eingerieben werden. Dabei ist auf die vollständige Benetzung der Hände zu achten (siehe auch www.aktion-saubereha-ende.de). Den Schülerinnen und Schülern ist die korrekte Anwendung einer Händedesinfektion altersgerecht von den Sportlehrkräften zu erläutern.

Händedesinfektionsmittel dürfen nicht zur Flächendesinfektion verwendet werden. Aufgrund des enthaltenen Alkohols besteht bei großflächigem Einsatz Explosionsgefahr!

3.) Gemeinsame Nutzung von Sportgeräten

Sportgeräte, die vorrangig mit den Händen berührt werden, sind nach Möglichkeit personenbezogen zu verwenden. Es sind bevorzugt Sportgeräte einzusetzen, die sich leicht reinigen lassen.

Insbesondere vor der Übergabe an andere Personen, ist eine regelmäßige hygienische Reinigung vorzusehen. Tensidhaltige Reinigungsmittel (Detergenzien) wie Seife oder Spülmittel sind hier ausreichend (keine Desinfektion erforderlich).

Im Regieraum befindet sich Spenderbox mit vorgetränkten Wischtüchern, die bei Bedarf zur Reinigung der Sportgeräte verwendet werden können.

4.) Sportartspezifische Hinweise

		Stufe 3 (A)	Stufe 4 (Szenario B)		
Entscheidungs- und Bewegungsfelder	Einschränkungen	Beispiele für Sportarten und Bewegungsformen			
		ohne weitere Einschränkungen möglich	mit geringen Einschränkungen möglich	mit starken Einschränkungen möglich	nicht möglich
Rückschlagspiele	<ul style="list-style-type: none"> - nur Einzel und ohne Seitenwechsel - Abstand der Spielfelder: 2 Meter 		Tischtennis, Badminton, Tennis vorrangig draußen	Volleyball, Faustball (nur 1:1)	
Zielschuss- und Endzonenspiele, Kleine Spiele	<ul style="list-style-type: none"> - nur Übungsformen mit 2 Meter Abstand - Spielformen nur bei klarer räumlicher Trennung (Zonenspiel) - ggf. Beschränkung auf Spielformen, bei denen der Ball nicht in die Hand genommen wird - Fangspiele mit verlängertem Arm durch Poolnudel möglich - Vermeidung von Zweikämpfen 		Brennball	Fußball, Handball, Basketball, Hockey, Ultimate Frisbee, American Football nur als Flag Football (jeweils nur Technik)	Rugby, klassisches American Football
gymnastisches und tänzerisches Bewegungen	<ul style="list-style-type: none"> - nur Solotänze oder Formationstänze - Bewegungszonen markieren 	Step Aerobic	Seilspringen, Rhythmische Sportgymnastik		Paar- und Gruppentänze
Laufen - Springen - Werfen	<ul style="list-style-type: none"> - vorrangig draußen - Wartelinien markieren - Bahnenlauf: Abstand beim Überholen, freie Bahn, Wartezeiten beim Sprint - Gerätereinigung 	ausdauerndes Laufen, Orientierungslauf auf dem Schulgelände	Sprint, Hürdenlauf, Weitsprung, Hochsprung, Speerwurf, Kugelstoßen,	Staffelläufe, Stabhochsprung	
Entscheidungs- und Bewegungsfelder	Einschränkungen	Beispiele für Sportarten und Bewegungsformen			
		ohne weitere Einschränkungen möglich	mit geringen Einschränkungen möglich	mit starken Einschränkungen möglich	nicht möglich
			Diskuswurf, Schleuderball		
Kämpfen	<ul style="list-style-type: none"> - kein Körperkontakt - nur Formen oder Choreographien mit markierten Bewegungszonen 		traditionelles Karate (nur Einzelübungen oder Kata)		Judo, Ringen
Schwimmen, Tauchen, Wasserspringen	<ul style="list-style-type: none"> - keine Rettungsübungen - Abstand beim Springen vom Startblock, Brett oder Turm - Bahnen mit Sicherheitsabstand und vorgegebener Schwimmrichtung - eingeteilte Bewegungszonen bei der Wassergewöhnung 	Wasserbewältigung, Wasserspringen	Wassergewöhnung, Sportschwimmen (Technikvermittlung)		Wasserball
Bewegen auf rollenden und gleitenden Geräten	<ul style="list-style-type: none"> - Roll- und Fahrtwege markieren - Abstandswahrung und ausreichend Platz zur Verfügung stellen - keine Mannschaftsboote - keine Spielformen 	Radfahren	Rollsport, Kanu, Rudern (nur Skiff)	Inlinehockey (nur Technik)	
Tumen und Bewegungskünste	<ul style="list-style-type: none"> - Übungen ohne Hilfestellung oder Hilfestellung mit Mund-Nasen-Bedeckung für Helfende - Übungen ohne Partnerin/Partner 	Haltungsübungen, Yoga	Gerätearrangements, Jonglieren	Gerätetumen	Partner- und Gruppenakrobatik
bewegungsfeldübergreifend; Fitness	<ul style="list-style-type: none"> - markierte Bewegungszonen und Stationen 	Workouts, Zirkeltraining ohne Geräte	Zirkeltraining mit Geräten		

5.) Sportunterricht im Freien

Individualsport in öffentlichen und privaten Sportanlagen ist ausschließlich nach voriger Absprache mit dem Teamleiter erlaubt, wenn dieser eine entsprechende Genehmigung durch die Schulleitung erhalten hat.

Ergänzend zu den schulischen Regeln gelten die Maßnahmen, die die Betreiberinnen und Betreiber der Sportanlagen in ihren Hygienekonzepten vorsehen. In deren Hygienekonzepten sind insbesondere Maßnahmen zum Schutz vor Infektionen mit dem Coronavirus vorgesehen, die

1. die Zahl von Personen auf der Grundlage der jeweiligen räumlichen Kapazitäten begrenzen und steuern,
2. der Wahrung des Abstandsgebots dienen,
3. Personenströme einschließlich Zu- und Abfahrten steuern und der Vermeidung von Warteschlangen dienen,
4. die Nutzung sanitärer Anlagen regeln und
5. das Reinigen von Oberflächen und Gegenständen, die häufig von Personen berührt werden, und von Sanitäreinrichtungen sicherstellen.

Sportunterricht im Freien ist vorzugsweise auf dem Schulgelände unter Beachtung der geltenden Abstands- und Hygieneregeln zu erteilen.

Sportunterricht im öffentlichen Raum ist untersagt.

Alle vorstehenden Regelungen gelten ab dem 20.11.2020 vorbehaltlich weiterer Entwicklungen und Entscheidungen.

Im Auftrag
gez.
Uwe Winkler
Teamleiter Sport