

Hygieneplan Sport an der Käthe-Kollwitz-Schule Hannover

Stand 01.12.2020



Generell gilt:

Sportliche Betätigungen, die den physischen Kontakt zwischen Personen betonen oder erfordern, wie z. B. Ringen, Judo, Rugby, Paar- und Gruppentanz mit Kontakt, Partner- und Gruppenakrobatik, Wasserball und Rettungsschwimmübungen, bleiben weiterhin untersagt.

Ebenso ist das Schulschwimmen bis auf Weiteres untersagt.

Im Einzelnen:

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

Die Lehrkräfte 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. Schulsport sollte unter Beachtung der Witterungsbedingungen bevorzugt im Freien durchgeführt werden, da so das Infektionsrisiko durch den permanenten Luftaustausch reduziert wird. (Niedersächsischer Rahmen-Hygieneplan Corona Schule - Version 4.0 / Stand: 19.11.2020)

a) Die Hygienevorgaben zum Sportunterricht an der Käthe-Kollwitz-Schule können nicht in einer Sporthalle umgesetzt werden, dementsprechend findet der Sportunterricht nur im Freien statt (**Auch beim Sport im Freien darf es zu keinem physischen Kontakt kommen, der Mindestabstand darf nicht dauerhaft unterschritten werden**). Sollte dies aus Witterungsgründen nicht möglich sein, geht die Lerngruppe in einen Klassenraum, dieses ist im Vertretungsplan eingetragen. Die Sitzordnung ist zu dokumentieren und im WebWeaver mit genauer Angabe der Lerngruppe, der Lehrkraft und des Datums hochzuladen. Sollte diese Sitzordnung in den folgenden Sportstunden Bestand haben, reicht ein einmaliges Hochladen. Findet der "Theorieunterricht" in einem Unterrichtsraum statt, der nicht der Klassenraum ist, dann sollte dort dieselbe Sitzordnung wie im Klassenraum eingenommen werden, damit nicht noch zusätzliche Personen in Quarantäne müssen.

Sollten einer Sportlehrkraft zwei Sporthallen zur Umsetzung des Sportunterrichts zur Verfügung stehen, können diese mit geteilten Gruppen und unter Einhaltung der kontaktlosen Abstandsregeln genutzt werden. Hier muss der Sportunterricht nicht zwangsläufig im Freien stattfinden.

In Sporthallen ist das „20 – 5 – 20 Prinzip“ (20 Minuten Unterricht, 5 Minuten Lüften, 20 Minuten Unterricht) zu befolgen. Hierfür sollten möglichst alle Fenster und Türen geöffnet werden. Lassen es die Witterungsverhältnisse zu, sollten die Fenster in den jeweiligen Sporthallen durchgängig geöffnet bleiben.

Nach der gemeinsamen Nutzung von Sportgeräten, die mit den Händen berührt werden, sind am Ende des Unterrichts die Hände gründlich zu waschen.

In Umkleidekabinen und Duschräumen ist durch regelmäßiges und intensives Lüften ein kontinuierlicher Luftaustausch zu gewährleisten. (Niedersächsischer Rahmen-Hygieneplan Corona Schule - Version 4.0 / Stand: 19.11.2020)

b) Das Umziehen in den Umkleidekabinen ist mit möglichst großem Abstand und mit Maske vorzunehmen. Die Maske darf nur beim Wechsel des Oberteils kurz abgenommen werden.

Die Umkleedauer sollte 10 Minuten nicht überschreiten, dementsprechend dürfen sich die Schüler*innen nicht schon in den Pausenzeiten in den Umkleidekabinen aufhalten. Die Umkleidekabinen sind kein Pausenraum!!! Die Schüler*innen müssen gesammelt (aber mit Abstand) die Umkleidekabinen verlassen bzw. wieder aufsuchen. Hierbei muss ständig die Maske getragen werden. Die SuS laufen nicht in Kleingruppen und zeitversetzt in die Umkleidekabine, eine Kontrolle der AHA-Regeln durch die Sportlehrkraft muss jederzeit möglich sein. Die Sportlehrkräfte besprechen die Problematik mit ihren Lerngruppen altersgerecht, legen einen Sitzplan für die Umkleide an und dokumentieren diesen im WebWeaver. In der Hauptstelle wird regelmäßig das Verkeilen der Türen in den Umkleideräumen der Jungen und Mädchen kontrolliert. Die Türen zur Sporthalle G4 (Umkleideräume Jungen) sowie zur Sporthalle G3 (Umkleideräume Mädchen) sollten ständig geöffnet bleiben.

c) Die Sportkurse auf grundlegendem Niveau können nur dann als Praxiskurs weitergeführt werden, wenn die Abstandsregel zu 100% umgesetzt werden kann. Sollte diese Regel z.B. bei Sportspielen (Bewegungsfeld B) oder sehr großen Kursen nicht umgesetzt werden können, wechseln die Kurse in den Theorieunterricht. Grundsätzlich gelten dieselben Regeln, wie unter **a)** aufgeführt.

Eine Ausnahme stellen die Kurse dar, die auf das Prüfungsfach Sport im Abitur vorbereiten. Hier können im Fach Sport praktische Prüfungsteile der Abiturprüfung, sowie deren Vorbereitung, auch ohne Einhaltung der allgemeinen Abstandsregelungen durchgeführt werden. Wenn der Mindestabstand unterschritten wird, ist bei der Sportausübung dabei eine Mund-Nasen-Bedeckung zu tragen.

Anlage:

Tabelle mit „Sportartspezifischen Hinweise“ (*Niedersächsischer Rahmen-Hygieneplan Corona Schule - Version 4.0 / Stand: 19.11.2020*)

		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 Bewegen	<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)	
Turnen 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	Geräteturnen	Partner- und Gruppenakrobatik
bewegungsfeldübergreifend; Fitness	<ul style="list-style-type: none"> - markierte Bewegungszonen und Stationen 	Workouts, Zirkeltraining ohne Geräte	Zirkeltraining mit Geräten		