

Merkblatt: Sportunterricht und Wassersport

Ergänzung zum Kapitel 5.2 des Schutz- und Organisationskonzepts Mittelschulen und Berufsfachschulen Stand 27.05.2021 tritt per 31.05.2021 in Kraft und ersetzt Version vom 30.12.2020


Grundsätzliches

Der Sport- und Bewegungsunterricht hat gerade auch in Zeiten von COVID-19 einen hohen Stellenwert. Allerdings gilt es auf Inhalte zu verzichten, bei denen eine erhöhte Infektionsgefahr besteht. Je nach epidemiologischer Situation müssen die Inhalte und das Intensitätsniveau des Unterrichts entsprechend angepasst werden (vgl. Eskalationsstufen).

Es gilt im gesamten Sporthallenrakt grundsätzlich eine Maskenpflicht.

- Damit die Durchmischung der Klassen vermieden werden kann, wird empfohlen den Sportunterricht koeduziert in den Regelklassen durchzuführen.
- Klassen, die aufgrund infizierter Schülerinnen oder Schüler bzw. Lernenden in Quarantäne gesetzt werden müssen, erhalten in dieser Zeit Bewegungsaufträge.
- Das Freifachangebot wird bis auf weiteres ausgesetzt.

Eskalationsstufen im Sportunterricht

Intensität	Sport Eskalationsstufe		Beschreibung
	Stufe I	Sportunterricht ohne Maske möglich	Auf Sportaktivitäten mit engem Körperkontakt verzichten.
	Stufe II	Sportunterricht eingeschränkt möglich	Es gilt im gesamten Sporthallenrakt sowie im Sportunterricht eine Maskenpflicht. ✓ Indoor: Mit Abstand (1.5 Meter) und Maskenpflicht. Für Trainingsformen, bei denen eine Trainingsfläche von 15m ² (hohe Intensität) oder von 4m ² (niedrige Intensität) pro Person dauernd eingehalten werden kann, darf die Maske abgelegt werden. ✓ Outdoor: Im Freien kann Sport (bspw. Fussball, Basketball) ohne intensiven Körperkontakt ausgeübt werden, wenn eine Gesichtsmaske getragen oder der erforderliche Abstand (1.5 Meter) eingehalten wird.
	Stufe III	Sportunterricht nur mit strengem Schutzkonzept möglich (Wassersport inkl. Schwimmen verboten)	Es gilt im gesamten Sporthallenrakt und der Garderoben eine Maskenpflicht. Duschen können nur mit einem strengen Schutzkonzept genutzt werden. ✓ Indoor: Mit Abstand (1.5 Meter) und Maskenpflicht ✓ Outdoor: Im Freien kann Sport (bspw. Fussball, Basketball) ohne intensiven Körperkontakt ausgeübt werden, wenn eine Gesichtsmaske getragen oder der erforderliche Abstand (1.5 Meter) eingehalten wird.
	Stufe IV	Sportunterricht in anderer Form (Wassersport inkl. Schwimmen verboten)	Es gilt im gesamten Sporthallenrakt eine Maskenpflicht. Da die Duschen geschlossen bleiben, muss das Intensitätsniveau reduziert werden: ✓ Indoor: Mit Abstand (1.5 Meter) und Maskenpflicht ✓ Outdoor: Im Freien kann Sport (ohne Körperkontakt) ausgeübt werden, wenn eine Gesichtsmaske getragen oder der erforderliche Abstand (1.5 Meter) eingehalten wird.
	Stufe IV	Fernunterricht	Gemäss schulhauspezifischem Konzept

Hygienemassnahmen

Im Bereich Sportunterricht gelten zusätzlich insbesondere folgende Hygienemassnahmen, die zwingend eingehalten werden müssen:

- Hände vor und nach dem Sport gründlich waschen
- **Unabhängig der Eskalationsstufe** kein Händeschütteln, kein Abklatschen, kein Körperkontakt (kein gegenseitiges Sichern im Geräteturnen).

- Die Sporthallen werden während den Sportlektionen soweit aufgrund der baulichen und witterungsbedingten Gegebenheiten möglich dauernd belüftet.

Diese Hygienemassnahmen werden im Sporthallentrakt für alle gut sichtbar platziert.

Infrastruktur

a) Garderoben und Flurbereiche

- In den Garderoben gilt die Maskenpflicht.
- Den Damen bzw. Herren jeder Klasse werden jeweils eine Garderobe zugeteilt (Garderoben werden beschriftet).
- Duschen:
 - o Auf Eskalationsstufen I und II darf jede zweite Dusche benutzt werden. Wartende Schülerinnen und Schüler sowie Lernende achten auf den Mindestabstand von 1.5 Metern beim Anstehen. In den Duschen besteht keine Maskenpflicht, es gilt zwingend 1.5 Meter Abstand einzuhalten.
 - o Ab Eskalationsstufe III können die Duschen nur eingeschränkt genutzt werden. Die Schulen erarbeiten ein Schutzkonzept. Bei Unsicherheiten kann die Schulleitung die Dienststelle BMH einbeziehen. Grundsätzlich gilt ein erweiterter Abstand (mind. 2 Meter). Zudem ist darauf zu achten, dass in der Garderobe zu jederzeit eine Maskenpflicht gilt und dies nur beim Duschen abgelegt werden darf. Hier gilt es auch organisatorische Massnahmen zu definieren.
 - o Ab Eskalationsstufe IV für Sport bleiben die Duschen geschlossen.
- Die Person, die als letztes die Garderobe verlässt, lässt die Garderobentüre offen.
- Beim Sportunterricht in Randstunden wird den Lernenden, Schülerinnen und Schülern empfohlen, bereits umgezogen zum Unterricht zu erscheinen bzw. sich nach dem Unterricht zuhause zu duschen und umzuziehen.
- Um eine hohe Personendichte beim Wechsel zwischen den Lektionen zu vermeiden, werden Lektionen, auf welche unmittelbar eine weitere folgt, bei Bedarf vorzeitig beendet. Auch kann eine Staffelung der Garderobenbenutzung vorgesehen werden.

b) Kraftraum/Gymnastikraum (falls vorhanden)

Die Schulen definieren die notwendigen Massnahmen, damit die oben erwähnten Vorgaben zu den Eskalationsstufen eingehalten werden. Schülerinnen, Schüler und Lernende, welche zum gegebenen Zeitpunkt Unterricht hätten, sich aber in der Activdispens befinden, haben bei der Benutzung des Kraftraums/Gymnastikraum Vorrang.

Des Weiteren sind folgende Schutzmassnahmen einzuhalten:

- Sitz- und Liegeflächen werden stets komplett mit einem sauberen Handtuch bedeckt. Dieses ist von zu Hause mitzubringen und nach jedem Gebrauch zu reinigen.
- Alle Geräteoberflächen werden nach jedem Gebrauch durch den Benutzer oder die Benutzerin gereinigt.
- Der Raum wird vor, während und nach dem Training gelüftet, soweit dies aufgrund der baulichen und witterungsbedingten Gegebenheiten möglich ist.

Diese Massnahmen werden im Sporthallentrakt für alle gut sichtbar platziert.

Unterrichtsinhalte

Der Sportunterricht ist mit Einschränkungen verbunden und je nach Eskalationsstufe findet er auch in einer anderen Form statt. Es fällt in die Zuständigkeit der Schulen, die Unterrichtsinhalte ausgehend von der vorhandenen Infrastruktur und den Eckwerten zu definieren. Die weiterführenden Links (<https://activdispens.ch/>, <https://www.mobilesport.ch/de/>, <https://www.svss.ch/>, <https://www.schulebewegt.ch/>) dienen als Anregung und erheben nicht den Anspruch auf Vollständigkeit.