

## Merkblatt: Sportunterricht und Wassersport

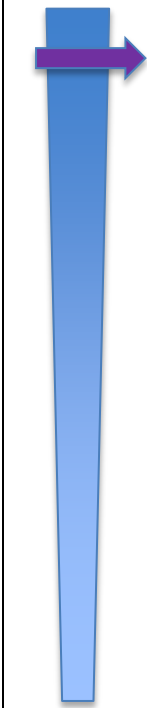
Ergänzung zum Kapitel 5 des Schutz- und Organisationskonzepts Mittelschulen und Berufsfachschulen Stand **10.09.2021** tritt per **13.09.2021** in Kraft und ersetzt Version vom **11.08.2021**

### 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).

- Klassen, die aufgrund infizierter Schülerinnen oder Schüler bzw. Lernenden in Quarantäne gesetzt werden müssen, erhalten in dieser Zeit Bewegungsaufträge.

### Eskalationsstufen im Sportunterricht

Intensität	Sport Eskalationsstufe		Beschreibung
	<b>Stufe I</b>	Sportunterricht ohne Maske möglich	Auf Sportaktivitäten mit engem Körperkontakt möglichst verzichten.
	<b>Stufe II</b>	Sportunterricht eingeschränkt möglich	Es gilt im gesamten Sporthallenrakt, Garderoben sowie im Sportunterricht eine Maskenpflicht. <ul style="list-style-type: none"> <li>✓ <b>Indoor:</b> Mit Abstand (1.5 Meter) <u>und</u> Maskenpflicht. Für Trainingsformen, bei denen eine Trainingsfläche von 15m<sup>2</sup> (hohe Intensität) oder von 4m<sup>2</sup> (niedrige Intensität) pro Person dauernd eingehalten werden kann, darf die Maske abgelegt werden.</li> <li>✓ <b>Outdoor:</b> Im Freien kann Sport (bspw. Fussball, Basketball) ohne intensiven Körperkontakt ausgeübt werden. Wenn der erforderliche Abstand (1.5 Meter) eingehalten wird, darf die Maske abgelegt werden.</li> </ul>
	<b>Stufe III</b>	Sportunterricht nur mit strengem Schutzkonzept möglich (Wassersport inkl. Schwimmen verboten)	Es gilt im gesamten Sporthallenrakt, den Garderoben sowie im Sportunterricht eine Maskenpflicht. Duschen können nur mit einem strengen Schutzkonzept genutzt werden. <ul style="list-style-type: none"> <li>✓ <b>Indoor:</b> Mit Abstand (1.5 Meter) <u>und</u> Maskenpflicht</li> <li>✓ <b>Outdoor:</b> 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.</li> </ul>
	<b>Stufe IV</b>	Sportunterricht in anderer Form (Wassersport inkl. Schwimmen verboten)	Es gilt im gesamten Sporthallenrakt, Garderoben sowie im Sportunterricht eine Maskenpflicht. Da die Duschen geschlossen bleiben, muss das Intensitätsniveau reduziert werden: <ul style="list-style-type: none"> <li>✓ <b>Indoor:</b> Mit Abstand (1.5 Meter) <u>und</u> Maskenpflicht</li> <li>✓ <b>Outdoor:</b> Im Freien kann Sport (ohne Körperkontakt) ausgeübt werden, wenn eine Gesichtsmaske getragen oder der erforderliche Abstand (1.5 Meter) eingehalten wird.</li> </ul>
	<b>Stufe IV</b>	<i>Fernunterricht</i>	<i>Gemäss schulhausspezifischem Konzept</i>

### Hygienemassnahmen

Im Bereich Sportunterricht gelten zusätzlich insbesondere folgende Hygienemassnahmen:

- Hände vor und nach dem Sport gründlich waschen
- Auf Händeschütteln, Abklatschen und Körperkontakt soweit möglich verzichten.
- Die Sporthallen werden während den Sportlektionen soweit aufgrund der baulichen und witterungsbedingten Gegebenheiten möglich dauernd belüftet.

Diese Hygienemassnahmen werden im Sporthallenrakt für alle gut sichtbar platziert.

## Infrastruktur

### a) Garderoben und Flurbereiche

- 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.
  - 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 umziehen.
- 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) Krafraum/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 Krafraums/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 Sporthallenrakt 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.