

Die Sportfachschaft hat einen vorläufigen Hygieneplan für die ersten vier Schulwochen erstellt. Dieser richtet sich nach den Vorgaben des Hygieneplanes Corona für die Schulen in Hessen in der Fassung vom 12.8.2020 (s.u.) und dem „Hygieneplan Corona für die schulische Nutzung der Turnhallen an Schulen des Kreises Offenbach (insbes. für den Sportunterricht)“ vom 14.08.2020.

### **1. Allgemeine Organisation**

- Die Klassen finden sich erst kurz vor Unterrichtsbeginn an den Sporthallen ein und sammeln sich getrennt von anderen Lerngruppen.
- Die Sportlehrkräfte sind frühzeitig an der Sportstätte.
- Die Sportlehrkräfte beaufsichtigen den Ein- und Austritt der Klassen zur Sportstätte unter Berücksichtigung der Abstandsregel und Maskenpflicht.
- Jeder Gruppe wird innerhalb der Sportstätte ein festgelegter Bereich zugewiesen, die Gruppen dürfen sich nicht mischen.
- Vor Beginn des Sportunterrichts sollen Hände gewaschen und nach Möglichkeit desinfiziert werden.
- Die Sportlehrkräfte unterweisen die SuS ausdrücklich über die allgemein gültigen Hygienemaßnahmen.
- Der Mund-Nase-Schutz darf erst nach ausdrücklicher Aufforderung der Sportlehrkraft, im vereinbarten Bereich der Sportstätte (Halle) abgelegt werden. Jede Schülerin und jeder Schüler hat hierfür einen geeigneten, namentlich gekennzeichneten Behälter (Box, Tasche, Tüte, etc.) mitzuführen.
- Die Sportlehrkräfte, welche zu selben Zeit in Halle 10-1 und Halle 10-2 unterrichten, sprechen sich im Vorfeld sorgfältig ab, um einen reibungslosen Ablauf zu gewährleisten.
- In den ersten 4 Wochen soll der Sportunterricht vornehmlich im Freien stattfinden. Hierzu stehen SSG Sportplatz, Käfig und das gesamte Außengelände zur Verfügung. Bei der Nutzung der Halle ist besonders auf eine entsprechende Belüftung zu achten.

### **2. Organisation der Hallennutzung**

Um den Begegnungsverkehr in und um das Turnhallengelände und damit Kontakte möglichst zu vermeiden, ist eine Überschneidung zwischen den verschiedenen Nutzungsgruppen grundsätzlich nicht gestattet. Dies hat zur Folge, dass die übliche Nutzungszeit um insgesamt 20 Minuten verkürzt wird (10 Minuten vor Beginn der Nutzung und 10 Minuten nach der Nutzung - siehe 4.3 Lüften). Die letzte Nutzungsgruppe jeden Tages hat darauf zu achten, dass alle Fenster und Türen wieder richtig verschlossen sind. Dies ist v.a. bei einstündigem Sportunterricht zu beachten.

In dieser Zeit findet auch grundsätzlich eine Lüftung der Turnhalle statt, sofern dies möglich ist. Die Lüftung muss spätestens nach 1,5 Stunden Nutzung für 20 Minuten durchgeführt werden. Während dieser Zeit müssen die Nutzer außerhalb des Gebäudes sein.

Die Nutzung der Umkleidekabinen sowie der Toiletten mit den sich unmittelbar dort befindenden Waschbecken ist gestattet. Hierbei ist sicherzustellen, dass dort der Mindestabstand von 1,5 m eingehalten werden kann. Die Nutzung der Waschräume und Duschen ist derzeit grundsätzlich untersagt.

Die Vorgaben gemäß Anlage 2 des Hygieneplans Corona für die Schulen in Hessen vom 12. August 2020 sind zu beachten.

### **3. Persönliche Hygiene**

Das neuartige Coronavirus ist von Mensch zu Mensch übertragbar. Der Hauptübertragungsweg ist die Tröpfcheninfektion. Dies erfolgt vor allem direkt über die Schleimhäute der Atemwege. Darüber hinaus ist auch indirekt über Hände, die dann mit Mund- oder Nasenschleimhaut sowie die Augenbindehaut in Kontakt gebracht werden, eine Übertragung möglich.

## Wichtigste Maßnahmen:

- Personen mit Krankheitszeichen (jeglicher Art) sollen grundsätzlich nicht an sportlichen Tätigkeiten teilnehmen.
- Bei Krankheitszeichen ist die Anlage 5 des Hygieneplans Corona für die Schulen in Hessen vom 12. August 2020 (Umgang mit Krankheits- und Erkältungssymptomen bei Kindern und Jugendlichen in Kindertageseinrichtungen, in Kindertagespflegestellen und in Schulen) zu beachten.
- Im Falle einer akuten Erkrankung innerhalb der Turnhallen des Kreises Offenbach soll, soweit vorhanden, ein Mund-Nasen-Schutz angelegt und die betroffene Person unverzüglich nach Hause bzw. zu einem Arzt geschickt werden. Bei Minderjährigen muss die Abholung durch die Erziehungsberechtigten gemäß Regularien des Schulbetriebs erfolgen.
- Mindestens 1,50 Meter Abstand zu anderen Menschen halten.
- Mit den Händen nicht das Gesicht, insbesondere die Schleimhäute berühren, d. h. nicht an Mund, Augen und Nase fassen.
- Keine Berührungen, Umarmungen und kein Händeschütteln.
- Gründliche Händehygiene (z. B. nach dem Betreten der Räume, vor und nach dem Essen, vor und nach dem Toilettengang und vor dem Aufsetzen und nach dem Abnehmen einer Schutzmaske), vor und nach Benutzung von Sportgeräten.
- Die Händehygiene erfolgt durch
  - a) Händewaschen mit Seife für 20-30 Sekunden (...) oder, falls nicht möglich,
  - b) Händedesinfektion: Dazu muss Desinfektionsmittel in ausreichender Menge in die trockene Hand gegeben und bis zur vollständigen Abtrocknung ca. 30 Sekunden in die Hände einmassiert werden. Dabei ist auf die vollständige Benetzung der Hände zu achten (siehe auch [www.aktion-sauberehaende.de](http://www.aktion-sauberehaende.de)).
- Öffentlich zugängliche Gegenstände wie Türklinken oder Fahrstuhlknöpfe möglichst nicht mit der vollen Hand bzw. den Fingern anfassen, ggf. Ellenbogen benutzen.
- Husten- und Niesetikette: Husten und Niesen in die Armbeuge gehören zu den wichtigsten Präventionsmaßnahmen! Beim Husten oder Niesen größtmöglichen Abstand zu anderen Personen halten, am besten wegrehen.
- Das RKI empfiehlt ein generelles Tragen einer Mund-Nasen-Bedeckung (MNB) in bestimmten Situationen des verstärkten Begegnungsverkehrs, insbesondere im öffentlichen Raum. Mit einer solchen Alltagsmaske (textile Bedeckung, Barriere, Behelfsmaske, Schal, Tuch) können Tröpfchen, die man z. B. beim Sprechen, Husten oder Niesen ausstößt, abgefangen werden. Das Risiko, eine andere Person durch Husten, Niesen oder Sprechen anzustecken, kann so verringert werden (Fremdschutz). Dies darf aber nicht dazu führen, dass der Abstand unnötigerweise verringert wird. Während des Sportbetriebes ist das Tragen von Masken unter Einhaltung der jeweils geltenden rechtlichen Rahmenbedingungen nicht erforderlich. Trotz Maske sind die gängigen Hygienevorschriften, insbesondere die aktuellen Empfehlungen des Robert-Koch-Instituts und der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung, zwingend weiterhin einzuhalten.
- Die Sportlehrkräfte weisen darauf hin, dass Risikopersonen mit gesundheitlichen Vorbelastungen nach den Kriterien des RKI nicht am Training teilnehmen, bei denen sie einer besonderen Gefährdung ausgesetzt sind.

## **4. Raumhygiene/Infektionsschutz für Turnhalle, Geräteräume, Aufenthaltsräume, und Flure**

### **4.1 Geltung besondere weitere Nutzungsbeschränkungen:**

- Soweit Übungen/Kurse im Sitzen/Stehen an festen Plätzen erteilt wird, bedeutet dies, dass die erforderlichen Abstände eingehalten werden müssen. Die Anordnung ist so zu gestalten, dass kein Face-to-Face-Kontakt besteht.
- Die genutzten Sportgeräte müssen vor und nach der Nutzung durch den jeweiligen Nutzer desinfizierend gereinigt werden.

### **4.2 Lüften**

Besonders wichtig ist das regelmäßige und richtige Lüften, da dadurch die Innenraumluft ausgetauscht wird. Mehrmals täglich ist eine Stoßlüftung bzw. Querlüftung durch vollständig geöffnete Fenster über mehrere Minuten (mindestens über 20 Minuten) vorzunehmen. Dies gilt nur für die Turnhallen, wo dies auch möglich ist. Eine Kipplüftung ist weitgehend wirkungslos, da durch sie kaum Luft ausgetauscht wird.

### **4.3 Reinigung /Hygiene-Notfallkit**

Es findet von Seiten des Kreises Offenbach keine zusätzliche Reinigung nach der schulischen Nutzung für die Turnhallennutzung statt. Die Turnhalle wird einmal am Tag von montags bis freitags i.d.R. vor dem Unterrichtsbeginn gereinigt. Am Wochenende findet keine Reinigung statt. Der Nutzer muss selbst bei Bedarf für eine ggf. erforderliche zusätzliche Hygiene sorgen. Wir empfehlen eine desinfizierende Reinigung der Türklinken. Die Verantwortung hierfür liegt beim Nutzer.

Jede Lehrkraft muss mit einem sogenannten Hygiene-Notfallkit ausgestattet sein. In dem Notfallkit muss sich befinden: Flüssigseife, Handtrocknung, Händedesinfektionsmittel, Tücher, Flächendesinfektionsmittel und Einmalhandschuhe. Vor der Aufnahme der Nutzung hat sich der Nutzer zu vergewissern, dass sich die zu nutzenden Geräte und Einrichtungen in einem sauberen Zustand befinden; bei erkennbarer Verschmutzung hat der Nutzer unter Anlegen von Handschuhen die Säuberung/Desinfektion selbst vorzunehmen.

### **5. Hygiene im Sanitärbereich**

Die Toiletten werden weiterhin täglich gereinigt und möglichst nach einer starken Verschmutzung desinfizierend gereinigt. Es findet jedoch keine Zwischenreinigung durch den Kreis Offenbach statt. In allen Toilettenräumen stehen für den Schulbetrieb grundsätzlich ausreichend Flüssigseifenspender und Einmalhandtücher bereit, die regelmäßig aufgefüllt werden. Die entsprechenden Auffangbehälter für Einmalhandtücher und Toilettenpapier werden für die Schule vorgehalten. Da jedoch eine Auffüllung erst am Ende des gesamten Unterrichtstages erfolgt, muss sich jeder Nutzer vor Aufnahme des Sportbetriebes persönlich vergewissern, dass die notwendigen Hygienematerialien für ihren Bedarf vorhanden sind und ggf. selbst aus dem Hygiene-Notfallkit auffüllen. Um zu verhindern, dass sich nicht zu viele Nutzer zeitgleich in den Sanitärräumen aufhalten, ist dies über eine Eingangskontrolle sicherzustellen. Am Eingang der Toiletten muss durch gut sichtbaren Aushang darauf hingewiesen werden, dass sich in den Toilettenräumen stets nur einzelne Nutzer (Zahl in Abhängigkeit von der Größe des Sanitärbereichs) aufhalten dürfen. Die Nutzer haben darauf zu achten.

### **6. Meldepflicht**

Der Verdacht einer Erkrankung und das Auftreten von COVID-19-Fällen in Turnhallen des Kreises Offenbach ist der Schulleitung sofort zu melden. Diese meldet den Fall dem Fachdienst Schule per Mail umgehend: Fachdienst Schule Tel. 06074 8180-4152 [schulverwaltung@kreis-offenbach.de](mailto:schulverwaltung@kreis-offenbach.de)

### **7. Inhaltsfelder**

Um reibungslose Abläufe zu etablieren und das Infektionsrisiko zu minimieren, sollten zunächst nur die folgenden Inhaltsfelder und Sportarten unterrichtet werden. Die Reduktion der möglichen Sportarten ist v.a. auch der Verpflichtung geschuldet, dass der „Hygieneplan Corona für die schulische Nutzung der Turnhallen an Schulen des Kreises Offenbach (insbes. für den Sportunterricht) vom 14.08.2020 vorsieht, dass benutzte Geräte vor und nach der Nutzung gereinigt und desinfiziert werden müssen. Hier soll ein Schaden an den Geräten (z.B. Turngeräten und Lederbällen) vermieden werden, der durch häufigen Kontakt mit Desinfektionsmitteln auftreten könnte.

#### **Laufen, Springen, Werfen**

Schwerpunkt Laufen, Springen

#### **Bewegung gymnastisch, rhythmisch und tänzerisch gestalten**

Tanzchoreografien in kleinen, festen Gruppen

#### **Den Körper trainieren, die Fitness verbessern.**

Fitness (z.B. Zirkeltraining in festen Gruppen), Kräftigungs- und Beweglichkeitsübungen mit entsprechendem Abstand

#### **Fahren, Rollen, Gleiten**

#### **Bewegen an und mit Geräten**

Turnen: Auf Abstand ist zu achten. Auf Übungen mit nötiger Hilfestellung ist zu verzichten. Es bietet sich daher an, wenn geturnt wird, v.a. Bodenturnen zu unterrichten

## **Spielen**

- Ultimate Frisbee (auf direkte Kontakte wird hier schon laut Spielregeln verzichtet)
- Frisbeegolf
- Badminton
- Tischtennis

## **Bewegen im Wasser**

Nur Klasse 8 – sobald die Schwimmbäder für die Schulen freigegeben sind (siehe unten!)

### Sonderregelung Schwimmunterricht in Klassen 8

siehe Hygieneplan Schwimmen an der DSL (muss noch auf Grundlage einer Absprache mit der Stadt und den Bäderbetrieben erstellt werden)!

Aktuell sind die Schwimmbäder für Schulen noch geschlossen.

Bis zur Umsetzung des Schwimmunterrichts werden die 8ten Klassen vorzugsweise im Freien unterrichtet. Die Möglichkeiten des Umkleidens müssen vom Sportlehrer, in Absprache mit den anderen Sportlehrern, welche die Umkleidekabinen nutzen, im Vorfeld geklärt werden. Ansonsten findet der Unterricht im Klassenraum statt und wird auf theoretische Inhalte des Schwimmens und die gesundheitlichen Wirkungen eines Ausdauertrainings bezogen. Auch die Durchführung von Spaziergängen mit entsprechender Gymnastik, als sinnvolle Ergänzung zum theoretischen gesundheitlichen Ansatz, sind möglich.

### **8. Hinweise :**

Die Umsetzung des Hygieneplanes wird viel Zeit des Unterrichts in Anspruch nehmen. In der Unterrichtsplanung müssen deshalb entsprechende Zeitfenster zu Beginn und zum Ende des Unterrichts, als auch beim Gang zu den Sportstätten und bei der Einführung der Organisationsformen eingeplant werden.

Nach Möglichkeit soll der Unterricht im Freien stattfinden. Ausnahmen bilden die abiturrelevanten Oberstufenkurse (LK und 3stündiger GK). Hier muss die verantwortliche Lehrkraft entsprechende Maßnahmen ergreifen.

Benutze Geräte (Schläger, Kugeln, Speere etc.) sollen nur mit desinfizierten und gewaschenen Händen angefasst werden und danach wieder desinfiziert werden.

### **Theorieunterricht**

Auch das Angebot eines Theorieunterrichts ist jederzeit (v.a. bei anhaltend schlechter Wetterlage) möglich. Die Sportlehrkraft sollte sich hier eigenständig und frühzeitig vom Vertretungsplanteam einen Raum für die Lerngruppe zuweisen lassen. Mögliche Lehrinhalte werden im Folgenden genannt und sind auf die entsprechende Lerngruppe anzupassen:

- Sport und Gesundheit
- Auswirkungen eines Ausdauer-/ Krafttrainings
- Sport und Ernährung

### **Sportunterricht und außerunterrichtliche Sport- und Bewegungsangebote während der Corona-Pandemie**

Der Hygieneplan Corona für die Schulen in Hessen sieht vor, dass Sportunterricht, außerunterrichtliche Sportangebote sowie Bewegungsangebote in allen Schulformen und in allen Jahrgangsstufen unter Einhaltung von bestimmten Schutzmaßnahmen stattfinden können. Zur Erfüllung der curricularen Anforderungen soll Sportunterricht in Präsenzform erteilt werden. Bewegungsfördernde Elemente sind im Unterricht aller Fächer und in den Pausen möglich.

#### **Vorgaben und Empfehlungen**

(1) In Ergänzung zum genannten Hygieneplan gilt: Der Sportunterricht, einschließlich des Schwimmunterrichts, findet im geregelten Klassen- oder Kurssystem der Schule statt.

Außerunterrichtliche Sportangebote finden in festen Lern- oder Trainingsgruppen wie zum Beispiel Arbeitsgemeinschaften oder Sportgruppen aus den Landesprogrammen „Schule & Verein“ sowie „Talentsuche-Talentförderung“ – einschließlich fester schulübergreifender Gruppen – statt.

Jeder Gruppe wird innerhalb der Sportstätte ein festgelegter Bereich zugewiesen, die Gruppen dürfen sich nicht mischen.

Sportunterricht und außerunterrichtlicher Schulsport sind in allen Inhaltsfeldern mit Ausnahme des Inhaltsfeldes „Mit und gegen den Partner kämpfen – Ringen und Raufen“ gemäß den Kerncurricula Sport möglich. Direkte körperliche Kontakte sind auf das sportartspezifisch notwendige Maß zu reduzieren. Unterricht und Angebote im Freien sind aufgrund des permanenten Luftaustausches zu favorisieren. Bei der Nutzung von Geräten ist auf die Einhaltung der allgemeinen Hygieneregeln besonders Wert zu legen.

Der Aufenthalt in den Umkleidekabinen ist so zu organisieren, dass dieser nur kurz stattfindet. Der Mund-Nase-Schutz ist beim Umkleiden zu tragen.

Sofern die Umkleidekabine nicht zur Aufbewahrung von Kleidungsstücken oder Gegenständen benötigt wird, ist diese nach Benutzung gründlich zu lüften. Begegnungen von Gruppen im oder vor dem Umkleidebereich sind ebenso wie Warteschlangen beim Zutritt zur Sportstätte zu vermeiden.

(2) Schulleitungen können in Abstimmung mit der Sportfachkonferenz weitere Maßnahmen beschließen.

(3) Im Sinn einer weiteren schrittweisen Öffnung des Schulsports können innerschulische schulsportliche Wettbewerbe stattfinden. Die schulübergreifenden schulsportlichen Wettbewerbe werden bis zum 31. Januar 2021 ausgesetzt, um zu verhindern, dass Infektionen von außen in die Schulen hineingetragen werden und Infektionsketten nicht mehr nachvollzogen werden können.

Hinweise zur Sportstättennutzung einschließlich Schwimmbäder: Sportunterricht ist auf allen öffentlichen und privaten Sportanlagen, die der Schule durch den zuständigen Schulträger zugewiesen werden, zulässig. Dies gilt auch im öffentlichen Raum. Besondere Hygienekonzepte der Betreiber der Sportstätten und Schwimmbäder sind zu beachten. Zum Schutz der Schülerinnen und Schüler gelten die jeweils strengeren Regelungen.

Beratung: Weitere Beratung und Information zur Durchführung von Sportunterricht, Schulsport und Bewegungsangeboten werden durch die Zentrale Fortbildungseinrichtung für Sportlehrkräfte des Landes (ZFS) (<https://zfs.bildung.hessen.de>) sowie durch die Schulsportkoordinatorinnen und -koordinatoren an den staatlichen Schulämtern gegeben.