

Hinweise zum Sportunterricht im Szenario B

Die Maßnahmen und Verfahren des gegenwärtigen Sportunterrichts am Gymnasium Nordhorn beruhen auf folgenden aktuell gültigen Vorgaben:

- Regionales Landesamt für Schule und Bildung Osnabrück (Rundverfügung Nr. 10 / 2021)
- Niedersächsischer Rahmen-Hygieneplan Corona Schule (Version 4.2 Stand: 08.01.2021)
- Corona-Stufenplan 2.0 - Kultusministerium (Stand 2.2.21)
- Hygieneregeln des Trägers der Sportanlagen

Im Rahmen dieser verbindlichen Vorgaben werden wir am Gymnasium Nordhorn u. a. die folgenden Aspekte berücksichtigen und umsetzen:

Masken

- Gemäß § 13 Abs. 1 Satz 9 Niedersächsische Corona-Verordnung besteht mindestens bis zum 28. März 2021 für alle Schuljahrgänge, die von der Untersagung des Schulbesuchs ausgenommen sind, einschließlich des Primarbereichs und unabhängig von einer Inzidenz oder einer Betroffenheit eine Verpflichtung zum Tragen einer Mund-Nasen-Bedeckung auch im Unterricht am Sitzplatz.
- Im Sportunterricht kann [...] vom Tragen der Mund-Nasen-Bedeckung abgesehen werden, wenn die Vorgaben für den Schulsport im Übrigen eingehalten werden.
- [...] beim Sport dürfen keine Schals, Halstücher oder stabile Baumwollmasken, die mit Bändern am Hinterkopf zugeschnürt werden, als Mund-Nasen-Bedeckung verwendet werden. Es besteht die Gefahr des Hängenbleibens.
- *Die Masken werden nur bei aktiver sportlicher Bewegung nach Aufforderung durch die Sportlehrkraft abgesetzt.*
- *Es wäre wünschenswert, wenn alle Schüler:innen deshalb einen beschrifteten Beutel (z. B. Plastik- oder Gefrierbeutel) dabei hätten, um ihre Masken hygienisch aufbewahren zu können.*

Sport im Szenario B (Wechselmodell)

- Vor der Sporthalle bzw. dem Sportplatz und beim Gang in die Umkleidekabine sind Gruppenansammlungen und Warteschlangen zu vermeiden. In Fluren, Umkleidekabinen und Duschräumen muss ein Mindestabstand von 1,5 Metern eingehalten werden. Diese beiden Anforderungen können durch zeitliche und/oder räumliche Teilung der Lerngruppe bzw. der Lerngruppen bei der Nutzung sichergestellt werden. Hierzu sollten Absprachen und Regelungen erfolgen.
- *Um diese Maßnahmen einhalten zu können, dürfen die Umkleiden nur mit max. fünf Schüler:innen gleichzeitig betreten werden. Zudem erfolgt das Umkleiden selbstverständlich nach Klassen getrennt.*
- *Jeweils nach dem Umkleiden müssen sich die Schüler:innen die Hände waschen.*
- Die Lehrkräfte achten darauf, dass während der Sportausübung 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.
- Die Benutzung von Spiel- und Sportgeräten ist unter Beachtung der sportartenspezifischen Hinweise [...] 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.

Nutzung der Sportgeräte

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

- Sportgeräte, die vorrangig mit den Händen berührt werden, sind nach Möglichkeit personenbezogen zu verwenden.
- Wo das nicht möglich ist, sind Sportgeräte zu verwenden, 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).

Sportartspezifische Hinweise

- 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.
- Für die Dauer, die gemäß Niedersächsischer Verordnung über Maßnahmen zur Eindämmung des Corona-Virus SARS-CoV-2 (Niedersächsische Corona-Verordnung) die Schwimmstätten einer Betriebs- bzw. Dienstleistungsbeschränkung unterliegen, ist das Schulschwimmen untersagt.

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

Die konkreten didaktisch-methodischen Inhalte des Sportunterrichts sind mehr denn je von den räumlichen und organisatorischen Vorgaben und Möglichkeiten abhängig. Dies bedeutet, dass individuelle Lösungen und eine hohe Flexibilität den Alltag des Sportunterrichts maßgeblich bestimmen werden.

Der Fachbereich Sport des Gymnasiums Nordhorn