

COVID-19 – Empfehlungen für den Unterricht in Sport und Bewegung (Stand 06. August 2020)

1. Allgemeines

- Erwachsene Personen halten untereinander einen Abstand von 1.5 Metern und, wenn möglich, zwischen sich und den Schülerinnen und Schülern ein.
- Die Lektionen Sport und Bewegung können ohne weitere Einschränkungen erteilt werden, wenn der Körperkontakt vermieden wird.

2. Infrastruktur

- Der Sportunterricht findet, wenn möglich, im Freien statt.
- Die Turnhallen, die Umkleidekabinen und die Duschen sind für Schülerinnen und Schüler und Lehrpersonen offen und zugänglich.
- Sportanlagen können unter Einhaltung der von den Eigentümern festgelegten Schutzmassnahmen und der vorliegenden Empfehlungen genutzt werden.

3. Disziplinen und Aktivitäten

Im Allgemeinen können die von den Lehrpersonen während des Fernunterrichts erarbeiteten und vorgeschlagenen Inhalte verwendet und vertieft werden.

Folgende Inhalte können in Zusammenhang mit dem geltenden Lehrplan behandelt werden:

- Draussen: Orientierungslauf, Werfen mit verschiedenen Methoden, ...
- Schwimmen: Erlernen und Vertiefen der Kompetenzen.
- Seinen Körper erleben, sich ausdrücken, tanzen: Körperwahrnehmung, Tanzen, Koordinationsübungen, ...
- Laufen, Springen und Werfen: schnelles und langes Laufen, Weit- und Hochsprung, ...
- Das Gleichgewicht halten, klettern, drehen: Gleichgewicht in verschiedenen Situationen, Arbeit am Tonus mittels Drehungen, Workshops oder Kurse, ...
- Spielen: Geschicklichkeitsspiele, Jonglieren, Netzspiele, Mannschaftsspiele ohne Körperkontakt, ...
- Andere Aspekte: bewegte Pause, gesunde Schule, ...

Die Fachberatung kann weitere Ideen und Vorschläge zur Verfügung stellen.

Disziplinen, welche zu vermeiden sind:

- Kampfsportarten.
- Gerätesportarten, die eine Sicherung verlangen.
- Aktivitäten, die eine grosse Ansammlung von Menschen mit sich bringen (Sportwettbewerbe, Turniere, ...).

4. Hygienemassnahmen

- Die Hände vor und nach dem Sportunterricht waschen.
- Unterlassen von Hilfestellungen und Sicherungen, ausgenommen die Leistung von erster Hilfe
- Verbieten von Händeschütteln und « shake hands, high five, checks ».
- Das Material regelmässig reinigen.
- Die Räumlichkeiten, wenn möglich, regelmässig und ausgiebig lüften.

Dienststelle für Unterrichtswesen

