



Regeln im Überblick auf Grundlage des Rahmenhygieneplans Corona Schule Version 4.0 – 19.11.2020



Deutscher Sportlehrerverband e.V.
Landesverband Niedersachsen

Stufe	Wann?	Abstand allgemein	Abstand im Schulsport	Mund-Nasen-Bedeckung	Inhalte	Hygiene
1 (A)	< 35 Inzidenz	<ul style="list-style-type: none"> • Abstandsgebot unter den Schüler*innen zugunsten eines Kohorten-Prinzips aufgehoben • Sportunterricht findet im Klassen- oder Kursverband mit höchstens 35 Schüler*innen innerhalb der festgelegten Kohorten statt. • außerhalb der Lerngruppen/Kohorten halten die Schüler*innen mindestens 1,50m Abstand zu allen anderen Personen 	<ul style="list-style-type: none"> • kein Abstand zwischen Schüler*innen der eigenen Kohorte 	<ul style="list-style-type: none"> • keine MNB im Unterricht 	<ul style="list-style-type: none"> • Fast alles möglich; nicht gestattet sind Sportarten, die den physischen Kontakt zwischen Personen betonen/ erfordern (z. B. Ringen, Judo, Rugby, Paar- und Gruppentanz, Partner- und Gruppenakrobatik, Wasserball, Rettungsschwimmübungen). 	<ul style="list-style-type: none"> • nach dem Unterricht Hände gründlich waschen
2 (A)	35 – 50 Inzidenz	<ul style="list-style-type: none"> • Das Abstandsgebot von mindestens 1,5 Metern ist zwischen allen Personen, die nicht zum eigenen Hausstand gehören, generell zu beachten. • Das Kohorten-Prinzip wird ausgesetzt. 	<ul style="list-style-type: none"> • Schulsport kontaktlos (zu keinem Zeitpunkt der sportlichen Betätigung darf körperlicher Kontakt zu anderen erfolgen) • Hilfestellung mit MNB 	<ul style="list-style-type: none"> • keine MNB bei Sportausübung • Empfehlung: MNB in allen Phasen ohne sportl. Aktivität 	<ul style="list-style-type: none"> • Alles ohne Kontakt/ Berührung 	
3 (A)	50 – 100 Inzidenz	<ul style="list-style-type: none"> • Immer Mindestabstand 2 m beim Sporttreiben! • Hilfestellung nur zur Unfallvermeidung und mit MNB 	<ul style="list-style-type: none"> • keine MNB bei Sportausübung • Pflicht: MNB in allen Phasen ohne sportl. Aktivität 	<ul style="list-style-type: none"> • Alles, was mit 2m Abstand möglich ist, z.B. Individualsport und Übungen ohne Zweikampf, siehe Kapitel 17.8.1 Tabelle: Sportartspezifische Hinweise 		
4 (B)	> 100 Inzidenz + Quarantäne Klasse/Jahrgang	<ul style="list-style-type: none"> • Distanzunterricht 				<ul style="list-style-type: none"> • Sportgeräte möglichst personenbezogen verwenden. • regelmäßige Reinigung der Geräte durch Reinigungsmittel mit Seife oder Spülmittel (keine Desinfektion erforderlich).
5 (B)	Landesverordnung Gesundheitsamt					



Regeln im Überblick auf Grundlage des Rahmenhygieneplans **Corona Schule Version 4.0** – 19.11.2020



Deutscher Sportlehrerverband e.V.
Landesverband Niedersachsen

Wichtig

- Unterricht bevorzugt im Freien
- Es gelten Ausnahmeregelungen fürs Sportabitur
- Die Stufen 2 und 3 treten automatisch mit Erreichen des Inzidenzwertes ein. Die Inzidenz unter https://www.niedersachsen.de/Coronavirus/aktuelle_lage_in_niedersachsen ist zugrunde zu legen. Aktualisierung täglich ab 9.00 Uhr; ggf. Umsetzung der Änderungen am Folgetag verpflichtend.

Lüftungskonzept

- 20 – 5 – 20 Regelung im Unterricht (Stoß-/Querlüftung)
- regelmäßiges und intensives Lüften von Umkleidekabinen und Duschräumen.
- Gründliche Pausenlüftung (Aufsicht nicht vergessen!)
- Verbot von Haartrocknern; beim Schwimmen gilt die jeweilige Regelung des Trägers der Schwimmstätte
- Stufe 3 und 4: in Räumen mit geringem Raumvolumen (Deckenhöhe) sollen hochintensive Ausdauerbelastungen vermieden werden (z. B. Zirkeltraining).

Aufenthalts- und Wegekonzept

- evtl. Einbahnstraßensystem einrichten; Trennung der Klassen und Kurse im Wartebereich vor der Halle
- Stufe 4 (Szenario B): Vor der Sporthalle bzw. dem Sportplatz und beim Gang in die Umkleidekabine sind Gruppenansammlungen und Warteschlangen zu vermeiden (z.B. durch Absprachen, Regeln, Zonen, Markierungen). In Fluren, Umkleidekabinen und Duschräumen muss ein Mindestabstand von 1,5 Metern eingehalten werden (z.B. durch zeitliche und/oder räumliche Teilung der Lerngruppe bzw. der Lerngruppen bei der Nutzung).

Dokumentation

- Anwesenheit ist sofort zu dokumentieren und muss mindestens drei Wochen aufbewahrt werden.

Mitglied werden: www.dslv-niedersachsen.de