



*Freiburg, 4. Mai 2020*

## **COVID 19 – Konzept Wiederaufnahme des Bewegungs-und Sportunterrichts (1H – 11H)**

---

### **Schulsport**

#### **1. Einleitung**

Im Anschluss an die Erklärungen des Bundesrates vom 29. April 2020 zur Wiedereröffnung der obligatorischen Schule hat die AG KKS Schulsport Westschweiz (CRTS-EPS) das vorliegende Dokument erarbeitet, um die kantonalen Behörden, die Schuldirektionen und die bewegungs- und sportunterrichtenden Lehrpersonen darüber zu informieren, unter welchen Bedingungen der Bewegung- und Sportunterricht (BuS) wiedereingeführt werden kann.

#### **2. Referenzen**

- > Verordnung 2 COVID 19 (Änderung vom 29. April, Artikel 5)
- > BAG : « Grundprinzipien für die Wiederaufnahme des Präsenzunterrichts »
- > EDK-Information (<https://www.edk.ch/dyn/33045.php>)

#### **3. Grundsätze**

Der Bewegungs-und Sportunterricht (BuS) ist eines der Schulfächer, welches bei Wiedereröffnung der obligatorischen Schulen am 11.Mai 2020 auch wieder unterrichtet wird. Es liegt in der Verantwortung jeder Schule und ihrer bewegungs- und sportunterrichtenden Lehrpersonen, alle Anstrengungen zu unternehmen, um die drei BuS Lektionen durchführen zu können. Der Unterricht erfordert Anpassungen in der Organisation des Unterrichts und in der Wahl der Sportdisziplinen und Aktivitäten, um den Richtlinien des BAG zu entsprechen.

#### **4. Empfehlungen für den Bewegungs-und Sportunterricht**

##### **a. Allgemein**

Die **Lehrkräfte** müssen die Gesundheitsvorschriften des BAG so weit wie möglich respektieren.

Für alle **Schüler/innen** (SuS) der obligatorischen Schule:

- > Die Regel des sozialen Abstandes von 2 Metern zwischen den SuS ist aufgehoben.
- > Die Regel der maximalen Gruppierung von 5 Personen unter SuS ist aufgehoben.
- > Der Körperkontakt zwischen SuS sollte vermieden werden.

##### **b. Unterrichtsstandorte**

- > Die Sporthallen sind offen und zugänglich für SuS und Lehrpersonen.

- > Die Sportanlagen im Freien sind offen und zugänglich für SuS und Lehrpersonen.
- > Die Umkleideräume sind offen und zugänglich für SuS und Lehrpersonen.
- > Die Duschen sind offen und zugänglich für SuS und Lehrpersonen.
- > Die Schulschwimmbäder sind offen und zugänglich für SuS und Lehrpersonen.
- > Wann immer möglich, sollte der BuS-Unterricht im Freien stattfinden.
- > Wenn die Verschiebung zwischen Klassenzimmer und Sportanlage zu lang ist, kann der BuS-Unterricht auf dem Pausenplatz oder bei schlechtem Wetter im Klassenzimmer oder anderen überdachten Gebäuden stattfinden, zum Beispiel nach dem Programm «Schule bewegt».

### **c. Unterrichtete Sportdisziplinen und Aktivitäten**

Im Allgemeinen können die von Lehrpersonen während des Fernunterrichts erdachten und vorgeschlagenen Aktivitäten verwendet werden. Es sollten nur solche Sportdisziplinen und Aktivitäten ausgeübt werden, die keinen Körperkontakt zwischen den SuS beinhalten.

#### ***Zu bevorzugende Sportdisziplinen und Aktivitäten :***

- > Tanz und Choreographie ;
- > Leichtathletik (Rennen) ;
- > Orientierungslauf ;
- > Training der konditionellen Faktoren (Circuit, Atelier oder Parcours) ;
- > Training der koordinativen Fähigkeiten (Circuit, Atelier oder Parcours) ;
- > Kleine Spiele ohne Kontakt und Material (Stafetten) ;
- > Schwimmen (ohne Wasserball) ;

#### ***Sportdisziplinen und Aktivitäten mit Material, aber ohne Körperkontakt: (die Hände müssen vor und nach jedem BuS-Unterricht gereinigt werden)***

- > Teamspiele ohne Körperkontakt (Volleyball, Tchoukball, Baseball);
- > Rückschlagspiele (z.B: Badminton, Goba, Tisch Tennis, Tennis, Indiaka, Street Racket) ;
- > Technikübungen mit Material im Atelierbetrieb (Teamspiele, Geräteturnen, Leichtathletik- Wurf-und Sprungdisziplinen) ;
- > Spiele und Übungen mit Ball oder Federballaustausch.

#### ***Nicht empfohlene Sportdisziplinen und Aktivitäten:***

- > Rauf- und Ringspiele ;
- > Kampfsportarten ;
- > Teamspiele mit Körperkontakt (Basketball, Fussball, Handball, Unihockey, Wasserball, usw...);

## **5. Hygienemassnahmen**

- > Die folgenden Hygienemassnahmen - herausgegeben vom BAG - sind anzuwenden:
- > Die Hände vor und nach dem BuS-Unterricht waschen oder bei versehentlichem Körperkontakt;
- > Händeschütteln oder « shake hands, high five, checks » zwischen SuS ist zu unterbinden;
- > Sporthallen, Umkleideräume und Duschen müssen regelmässig gereinigt werden;
- > Oberflächen, Schalter, Tür-und Fenstergriffe, Handläufe, Sanitäranlagen und Waschbecken müssen in regelmässigen Abständen, möglichst mehrmals täglich gereinigt werden;

- > Die Räumlichkeiten müssen regelmässig und ausreichend belüftet werden.

## 6. Didaktische Hilfsmittel

### *Rahmenlehrpläne :*

- > PER, LP21

### *Internetseiten der Westschweizer Kantone :*

- > Kanton Bern :  
[https://www.sport.sites.be.ch/sport\\_sites/fr/index/kinder\\_jugendliche/kinder\\_jugendliche/meine\\_gesundheit/sport-und-bewegung-zu-hause.html](https://www.sport.sites.be.ch/sport_sites/fr/index/kinder_jugendliche/kinder_jugendliche/meine_gesundheit/sport-und-bewegung-zu-hause.html)
- > Kanton Freiburg :  
<https://www.fr.ch/sspo/sante/prevention-et-promotion/sport-a-la-maison-bouger-avec-fri-sport-home>
- > Kanton Genf :  
<https://edu.ge.ch/ep/ ecole-distance>  
<https://edu.ge.ch/co/ ecole-distance>
- > Kanton Wallis :  
<https://animation.hepvs.ch/education-physique/>  
<https://animation.hepvs.ch/animation-pedagogique-a-distance/>
- > Kanton Waadt :  
<http://ressources-eps-vd.ch/>

### *Andere Internetseiten :*

- > SVSS :  
<https://www.svss.ch/default.asp?PROJECTID=366>
- > AFEPS :  
<https://www.afeps.ch/>
- > HEP BEJUNE :  
[https://extranet.hep-bejune.ch/docs/Documents/Public/CEPS/Centre-EPS-BEJUNE\\_Recommandations-continuite-enseignement-EPS-a-distance.pdf](https://extranet.hep-bejune.ch/docs/Documents/Public/CEPS/Centre-EPS-BEJUNE_Recommandations-continuite-enseignement-EPS-a-distance.pdf)
- > EDUCLASSE :  
<https://www.educlasse.ch/activites/91>  
<https://www.educlasse.ch/activites/90>
- > Loop-it :  
<https://loop-it.ch/fr/>
- > Mobilesport.ch :  
<http://mobilesport.ch>

<https://www.mobilesport.ch/fr/>

- > Schule bewegt :  
<https://schulebewegt.ch/fr>
- > Activdispens :  
<https://activdispens.ch/>

## 7. Organisation und Sicherheit

Die von den Kantonen erlassenen Richtlinien und Sicherheitsmassnahmen für die Sportdisziplinen bleiben jederzeit in Kraft (Vgl. kantonale Richtlinien).

Es ist wichtig, dem Unfallrisiko durch die Wahl besonders gut angepasster Übungen vorzubeugen.

Aktivitäten mit einem besonders hohen Übertragungsrisiko sollten vermieden werden, z.B. solche, die enge zwischenmenschliche Kontakte oder grosse Zusammenkünfte beinhalten, wie gesamtschulische Aktivitäten oder Lager, usw.

**Verhalten im Fall eines Unfalls :**

Die kantonalen Weisungen und Empfehlungen sowie die Erste Hilfe Verfahren bleiben in Kraft (Vgl. kantonale Weisungen).

## 8. Freiwilliger Schulsport

Die bisher erwähnten Ausführungen und Empfehlungen **gelten nicht für den freiwilligen Schulsport**. Dieser richtet sich nach den Angaben des Bundesamtes für Sport (BASPO).

## 9. Bibliographie – Internetseiten

- > Verordnung 2 über die Massnahmen zur Bekämpfung des Coronavirus (COVID-19)  
<https://www.newsd.admin.ch/newsd/message/attachments/61140.pdf>
- > Schutzplan des BAG  
<https://www.edk.ch/dyn/33051.php>
- > FAQ : Coronavirus und Verhaltensregeln  
<https://www.newsd.admin.ch/newsd/message/attachments/61144.pdf>
- > FAQ : Wiederaufnahme der Schulpflicht im Klassenzimmer  
<https://www.bag.admin.ch/bag/fr/home/krankheiten/ausbrueche-epidemien-pandemien/aktuelle-ausbrueche-epidemien/novel-cov/haeufig-gestellte-fragen.html#1686194596>

Jean-Marc Aebischer  
Pädagogischer Mitarbeiter SpA

