



## Informationen und Empfehlungen für den Wiedereinstieg im Schulsport bei der Wiedereröffnung der Schulen im Kanton Obwalden

### Grundlage

Die Grundlage bildet das kantonale Schutzkonzept und die schulorganisatorischen Richtlinien zum Start des Präsenzunterrichts am 11. Mai 2020 an den obligatorischen Schulen des Kantons Obwalden.

Das vorliegende Dokument ist als Ergänzung zum Fachbereich Sport (Schwimmunterricht, Sportunterricht) zu verstehen.

### Ausgangslage Sport

Wichtig zu wissen ist, dass die Vorgaben für den Schulsport nicht identisch sind mit den Vorgaben, die für den Vereinssport gelten. Für die Wiederaufnahme des Vereinssports gelten die Schutzkonzepte der Sportarten, welche durch die Verbände erstellt wurden und auf der Webseite von Swiss Olympic eingesehen werden können.

### Empfehlungen und Grundsätze im Schulsport

Bewegung und Sport an Schulen kann unter Einhaltung der geltenden Schutzkonzepte und Hygieneregeln stattfinden. Folgende ergänzenden Hinweise sollen als Richtlinie bei der Durchführung des Sportunterrichtes beachtet werden:

1. Hygieneregeln einhalten
2. Mindestabstand zwischen Erwachsenen von 2 Metern einhalten. Kontakte zwischen Erwachsenen und SuS auf ein Minimum reduzieren
3. Die Abstandsregel unter SuS ist aufgehoben
4. Körperkontakte zwischen SuS insbesondere ab der 5. Primarklasse auf das Minimum reduzieren
5. Die Gruppengrösse von 5 Personen ist im Zusammenhang mit dem Schulsport aufgehoben
6. Sport und Bewegung bevorzugt im Freien durchführen
7. Sport und Bewegung wenn immer möglich im Klassenverband oder in konstanten Gruppenzusammensetzungen durchführen
8. Klassenübergreifende Aktivitäten und Veranstaltungen unterlassen (z.B. keine Sporttage, keine Spielturniere oder Sportveranstaltungen)
9. Inhalte mit eher niedriger Bewegungsintensität wählen und Unfallrisiken minimieren

Vorschläge für bevorzugte Sportarten und Aktivitäten, die vorwiegend ohne Körperkontakt durchgeführt werden können:

- Tanz und Choreographie
- Leichtathletische Disziplinen (laufen, springen, werfen)
- Orientierungslaufen
- Fitnesstraining (Circuit, Postenarbeit etc.)
- Koordinationstraining
- Kleine Spiele ohne Körperkontakt, Stafettenformen
- Schwimmen (ohne Wasserball)
- Mannschaftsspiele ohne Körperkontakt: z.B. Volleyball, Ball über die Schnur, Tchoukball, Baseball
- Rückschlagspiele: z.B. Badminton
- Technische Lektionen mit Bällen oder Geräten
- Spiele und Übungen mit Balltausch

Folgende Sportarten und Aktivitäten sind mit intensivem Körperkontakt verbunden und im Moment zu vermeiden:

- Raufen/Ringen/Schwingen
- Kampfsportarten
- Mannschaftsspiele mit Körperkontakt: z.B. Basketball, Fussball, Handball, Unihockey, Wasserball

### **Schwimmunterricht**

Wenn die Wasserfläche zur Verfügung steht, kann auch der Schwimmunterricht unter angepassten Rahmenbedingungen durchgeführt werden.

- Schwimmer/Schwimmbecken: Schwimmen ist kein Problem und kann problemlos durchgeführt werden.
- Nichtschwimmer/Nichtschwimmerbecken: Der Körperkontakt zwischen Schwimmlehrpersonen und SuS soll durch geeignete Unterrichtsinhalte möglichst vermieden oder reduziert werden. Dafür eignen sich beispielsweise auch verschiedenste Formen von Übungen zur Wassergewöhnung.

### **Allgemeiner Hinweis**

Beim Lektionswechsel ist darauf zu achten, dass sich nicht mehrere Klassen gleichzeitig in den Garderoben und Duschen aufhalten.

Sarnen, 4. Mai 2020