

2. Ozonkonzentration und ihre Auswirkungen für den Schulsport

Höhere Ozonkonzentrationen sind bei längeren Schönwetterperioden an Tagen intensiver Sonneneinstrahlung etwa in der Zeit zwischen 11.00 Uhr und 19.00 Uhr möglich. In dieser Zeit ist dann auch von höherer Lufttemperatur und ggf. Luftfeuchte auszugehen, so dass für diese Zeiten - gestützt auf Ausführungen des Bundesgesundheitsamtes - folgende Empfehlungen für die Durchführung von Schulsport gegeben werden:

2.1

Bei einer **Ozonkonzentration bis zu $180 \mu\text{g}/\text{m}^3$** sind ozonbedingt keinerlei Einschränkungen des Sportunterrichts vorzunehmen.

2.2

Bei einer **Ozonkonzentration im Bereich zwischen 180 und $360 \mu\text{g}/\text{m}^3$** sind **mehrstündige** Ausdauerbelastungen im **Freien** zu vermeiden. Eine derartige Belastung wird im Schulsport kaum erreicht, weshalb der Sportunterricht durchaus im Freien abgehalten werden kann.

Da aber erhöhte Ozonkonzentrationen im Sommer in der Regel in den Stunden auftreten, in denen auch die höchsten Temperaturen herrschen, sollten die Inhalte des Unterrichts im Freien - schon wegen der temperaturbedingten Kreislaufbelastung - den äußeren Gegebenheiten entsprechend modifiziert werden. Asthmatiker sollen wegen ihrer auf Grund der erschwerten Atmung relativ stärkeren Belastung von **lang dauernden körperlichen** Belastungen freigestellt werden.

2.3

Bei einer **Ozonkonzentration ab $360 \mu\text{g}/\text{m}^3$** wird aus Vorsorgegründen kein Schulsport im Freien durchgeführt. Bei so stark erhöhten Ozonwerten sollte daher - soweit möglich - der Unterricht vom Freien in die Halle verlagert werden.

Im Einzelnen sind folgende Hinweise zu beachten:

Sportunterricht im Freien:

(bei einer Ozonkonzentration zwischen 180 und $360 \mu\text{g}/\text{m}^3$)

- **Leichtathletik:** Kurzstreckenläufe, Sprung- und Wurfdisziplinen können ohne Bedenken ausgeübt werden. Mittel- und Langstreckenläufe sollten bei diesen Werten eingeschränkt, in der Zeit des späten Vormittags und des Nachmittags möglichst vermieden werden.
- **Mannschaftsspiele:** Da hier die körperliche Belastung intermittierend und die reine Spielzeit während der Sportstunden relativ kurz ist, bestehen gegen die Durchführung von Mannschaftsspielen keine Bedenken.
- **Schulsportfeste:** Bei lang dauernden körperlichen Belastungen ist z. T. mit gewissen Leistungseinbußen zu rechnen. Deswegen muss ein Sportfest trotz erhöhter Ozonkonzentration nicht entfallen. Bei der Planung sollte jedoch bereits berücksichtigt werden, dass Ausdauerbelastungen möglichst nicht in die Zeit der höchsten Ozonkonzentrationen und Außentemperaturen gelegt werden. Die Gesamtbelastung des Schülers im Verlaufe der Veranstaltung ist in Rechnung zu stellen.

Sportunterricht in der Halle:

Da die Ozonkonzentration in Innenräumen in der Regel deutlich geringer ist als im Freien, kann der Sportunterricht in der Halle grundsätzlich uneingeschränkt stattfinden.

Die Schulen werden gebeten, die Sportlehrkräfte anzuweisen, nach den Grundsätzen dieser Bekanntmachung zu verfahren.