

NEUES ARZTZEUGNIS FÜR DEN SPORTUNTERRICHT AN DER SCHULE

„Bewegung“, so heisst die Devise! Um erfolgreich gegen die Ausbreitung von diversen „Epidemien“ wie Übergewicht, Fettleibigkeit, Diabetes aber auch Herz-Kreislaufkrankungen und Osteoporose zu kämpfen, braucht es eine tägliche „Portion“ Bewegung. Es ist bewiesen, dass alle diese Krankheiten – unter anderem – die Sesshaftigkeit und die Bewegungsarmut als gemeinsamen Nenner haben.

Der Sportunterricht an der Schule nimmt insofern eine Schlüsselrolle ein. In diesem Zusammenhang und mit dem Ziel jedem/-r Schüler/-in eine minimale Bewegungszeit zu ermöglichen, erscheint die Diversifizierung und die Verringerung der Anzahl, der ausgestellten Sportdispensen als wichtige Massnahme.

Um dieses Ziel zu erreichen ist eine enge Zusammenarbeit zwischen Eltern, Ärzten und Sportlehrern unumgänglich. Das hier vorgestellte, neue Arztzeugnis für die Schule, verfolgt folgende Ziele:

1. Im Rahmen des Möglichen, limitieren der zeitlich befristeten Totaldispensen für sportliche Aktivitäten und versuchen die Dauer der Sportunfähigkeit so kurz wie möglich zu halten
2. Besseres festlegen der möglichen Aktivitäten, vorschlagen von Anpassungen, die eine teilweise Wiederaufnahme der sportlichen Aktivität erlauben, anstatt den/die Schüler(-in) komplett vom Sport zu dispensieren
3. Limitieren der Zeugnisse für die Dauer des ganzen Schuljahres.

Um diese Ziele zu erreichen, engagieren sich die Sportlehrer:

1. den/die Schüler/-in auf angepasste Weise in den Unterricht zu integrieren
2. ihm/ihr, der medizinischen Indikation angepasste, diversifizierte und individuelle sportliche Aktivitäten anzubieten
3. für den/die Schüler/-in eine andere Lösung als „alles oder nichts“ zu finden

Die Informationen auf dem Arztzeugnis erlauben es, dem sich in ärztlicher Behandlung befindenden Schüler, im Sinne der Gesundheitsförderung trotz seiner teilweise medizinischen Einschränkung, an genau festgelegten Aktivitäten teilzunehmen. Die auf dem Dokument enthaltenen Informationen werden vom Sportlehrern vertraulich behandelt.

Wir sind überzeugt, dass der Gebrauch dieser Sportdispens, im Kampf gegen den immer mehr um sich greifenden Bewegungsmangel, seinen Teil dazu beitragen kann! Wir danken Ihnen für Ihre wertvolle Unterstützung und freuen uns auf eine hoffentlich gelungene Zusammenarbeit!

Walliser Turnlehrer Verband (WTLV/AVMEP)

Dieses Dokument:

- wird vom Walliser Ärzteverband empfohlen und an alle Walliser Ärzte/-innen verteilt

- kann auf der Internetseite des Walliser Ärzteverbandes sowie des Walliser Turnlehrerverbandes heruntergeladen werden

ARZTZEUGNIS FÜR DEN SPORTUNTERRICHT

NAME :	VORNAME :
GEBURTSJAHR:	<input type="checkbox"/> KRANKHEIT <input type="checkbox"/> UNFALL

STUFE I:

- Der/die Schüler/-in ist grundsätzlich vom Sportunterricht freigestellt:
vom bis

STUFE II:

- Der/die Schüler/-in ist teilweise vom Sportunterricht dispensiert, kann aber folgende, der Situation angepasste, Aktivitäten ausführen: vom bis
Der/die Schüler/-in kann:

- 20 bis 30 Minuten gehen
- laufen (leichtes joggen)
- schwimmen
- Herz-Kreislauf-Training durchführen (z.B. Velo-Ergometer)
- an Mannschaftssportarten teilnehmen
- Kraftübungen durchführen für:

<input type="checkbox"/> Schultern	<input type="checkbox"/> Rumpf	<input type="checkbox"/> Bauch	<input type="checkbox"/> Gesäss
<input type="checkbox"/> Arme	<input type="checkbox"/> Rücken	<input type="checkbox"/> Beine	<input type="checkbox"/> Brust

- Dehnübungen durchführen (Stretching)
- jonglieren
- andere:

STUFE III:

- Die Teilnahme am Sportunterricht ist grundsätzlich möglich mit Ausnahme folgender Aktivitäten/Übungen:

Kontaktieren Sie mich telefonisch ja nein

Dauer der Dispens: von bis

Datum: **Unterschrift & Stempel des behandelnden Arztes**