

ACTIVDISPENS®

„Nach einer Erkrankung ist Bewegung im Rahmen des Schulsports meist ohne Probleme schnell wieder möglich. Auch mit einer leichten Verletzung können Jugendliche angepasst am Schulsportunterricht teilnehmen.“

Quelle: activdispens.ch

An unserer Schule gelten ab dem Schuljahr 2017 - 2018 die Regeln der „activdispens“

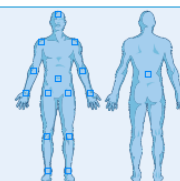
„activdispens“ als App für Ihr Smartphone.



Ärztliches Zeugnis zur Dispensation vom Schulsportunterricht

Name Vollständige Dispensation vom Schulsportunterricht
Vorname Teildispensation vom Schulsportunterricht
Geb. Datum Dispensation von bis
Adresse Die Nachuntersuchung ist für den vorgesehen.
Tel. Nr.

Folgende Körperregionen dürfen NICHT belastet werden:



Bei folgenden Sportarten / Aktivitäten ist zu beachten:

Erlaubte sportliche Aktivitäten

- Mannschaftsspiele / Kontaktsportarten
- Geräteturnen / Bodenturnen
- Sprungbelastungen
- Ausdauerbelastungen, Herz-Kreislauf-Belastungen
- Krafttraining
- Aktivitäten im Wasser / Schwimmen

Allergen- / Reizexposition von

Der Schüler darf anhand des Übungskataloges von activdispens.ch folgende Aktivitäten und Bewegungen ausführen:

- obere Extremität
- untere Extremität
- Rumpf inklusiv o. Ext.
- Rumpf inklusiv u. Ext.

Weitere Vorschläge und Empfehlungen:

Bitte um Rücksprache

- mit Arzt
- mit Physiotherapeut

Name der Schule:

Datum:

Sportlehrer(in):

Arztstempel und Unterschrift:



ACTIVDISPENS®

Sportdispens gemäss
„activdispens“