

Nochmals: Atteste im Schulsport

Henner Hatesaul

Als Reaktion auf den Beitrag „Atteste im Schulsport – Wunsch und Wirklichkeit“ in den Lehrhilfen 8/2014 kam vom Präsidenten des DSLV, Prof. Dr. Udo Hanke, der Hinweis auf eine Initiative des Schweizer Verbandes für Schule und Sport (SVSS), die es verdient, auch in Deutschland Verbreitung zu finden.

Unter dem Motto „Bewegen trotz Sportdispens“ findet sich bei www.activdispens.ch eine Zusammenstellung von 54 Übungen in Form von Postern und Videos (unterteilt nach Ausdauer, Kraft, Beweglichkeit, Koordination und Entspannung)

Die vorgeschlagenen Übungen können sinnvoll bei Teilbefreiungen eingesetzt werden:

- bei verschiedenen Verletzungen (untere Extremität, obere Extremität, Rumpf) und
- bei verschiedenen Krankheitssymptomen/Beschwerden (Kopfschmerzen, Menstruation, unspezifische Rückenschmerzen, Erkältung ohne Fieber, Allergien, Unwohlsein).

Vielleicht haben auch in der Leserschaft Kolleginnen und Kollegen eine Übungssammlung, die es wert ist veröffentlicht zu werden. Es reichen ebenfalls Einzelbeispiele, die dann zu einer Sammlung zusammengefügt werden können. Ich selber habe z. B. mit Erfolg ein Fahrradergometer eingesetzt. Bei fest eingestellter Belastungshöhe konnte, gekoppelt mit der Zeit, der Belastungsumfang vorgegeben (und überprüft) werden.

Unter <http://activdispens.ch/wp-content/uploads/2013/09/Dispensformular-PDF.pdf> findet sich ein Muster für ein differenziertes ärztliches Attest aus der Schweiz, unter www.kindersportmedizin.org hat die Gesellschaft für Pädiatrische Sportmedizin (GPS) bei den Downloads eine „Ärztliche Bescheinigung zur differenzierten Teilnahme am Schulsport“ hinterlegt (siehe dazu auch den Beitrag von Wolfgang Sigloch: Dauerbrenner Sportattest – pauschal oder differenziert? Lehrhilfen 1/2003, Seite 14 und 15). Beide Vordrucke finden sich in verkleinerter Form als Anhang zu diesem Beitrag.

AUS DEM INHALT:

Henner Hatesaul Nochmals: Atteste im Schulsport	1
Anika Ehrenheim Schneevergnügen – Skireisen Die Praxis vor Ort	3
René Kittel, Christiane Hupe, Janet Höhne & Thomas Mühlbauer Bouldern im Sportunterricht	9
Kristin Stang Laufspiel „Postbote“	15
Heinz Lang Würfel-Fußball	16



Henner Hatesaul
Diplomsportlehrer, Studiendi-
rektor i.P.
Fächerkombination
Sport/Chemie

Ankestr. 4, 49809 Lingen
h.henner@web.de

Abb. 1:
Dispensationsformular
Abb. 2:
Ärztliche Bescheinigung

Ärztliches Zeugnis zur Dispensation vom Schulsportunterricht

Name: _____ Vorname: _____
Geb. Datum: _____ Adresse: _____
Tel. Nr.: _____

Vollständige Dispensation vom Schulsportunterricht
Teildispensation vom Schulsportunterricht
Dispensation von _____ bis _____
Die Nachuntersuchung ist für den _____ vorgesehen.

Folgende Körperregionen dürfen NICHT belastet werden:

Bei folgenden Sportarten / Aktivitäten ist zu beachten:

Erlaubte sportliche Aktivitäten

Mannschaftsspiele / Kontaktsportarten
 Gaitarbeiten / Bodenturnen
 Sprunghöheleistungen
 Ausdauerbelastungen, Herz-Kreislauf- Belastungen
 Krafttraining
 Aktivitäten im Wasser / Schwimmen

Allergen- / Reizexposition von _____

Der Schüler darf anhand des Unfallschulzeugnisses folgende Aktivitäten und Bewegungen durchführen:

obere Extremität untere Extremität Rumpf Inklusiv u. Exkl. Rumpf Inklusiv u. Exkl.

Weitere Vorschläge und Empfehlungen:

Bitte um Rückfragen:

mit Arzt mit Physiotherapeut

Name der Schule: _____ Datum: _____
Sportlehrer(in): _____ Arzt, Heilpraktiker und Unterschrift: _____

www.schnepp.de

Ärztliche Bescheinigung für die Teilnahme am Schulsport

Für diesen Schüler (in) _____ geb. am: _____

Für die Zeit vom _____ bis _____ empfehle ich die folgende differenzierte Teilnahme am Schulsport.

Dabei sind folgende Belastungen / Sportarten

zu vermeiden	besonders zu empfehlen
<input type="checkbox"/> Schwimmen (generell) _____	<input type="checkbox"/> _____
<input type="checkbox"/> Tauchen, Sprünge ins Wasser _____	<input type="checkbox"/> _____
<input type="checkbox"/> Ausdaueranforderungen (z.B. Dauerläufe) _____	<input type="checkbox"/> _____
<input type="checkbox"/> Schnelligkeitsanforderungen (z.B. Anläufe, Sprints) _____	<input type="checkbox"/> _____
<input type="checkbox"/> Sprunganforderungen (z.B. Abprünge, Landungen) _____	<input type="checkbox"/> _____
<input type="checkbox"/> Kraftanforderungen (welche Muskelgruppen: _____)	<input type="checkbox"/> _____
<input type="checkbox"/> Gelenkigkeitsanforderungen (welche Gelenke: _____)	<input type="checkbox"/> _____
<input type="checkbox"/> Mannschaftssport (Kontaktsport) _____	<input type="checkbox"/> _____
<input type="checkbox"/> Eine Allergen-/Reizexposition von: _____ Sportförderunterricht zum Ausgleich von: _____	

Weitere Vorschläge und Empfehlungen:

Eine vorläufige Vorfeststellung sollte vom _____ bis _____ erfolgen. Eine Nachuntersuchung ist für den _____ vorgesehen.

Name der Schule bzw. Schullehrer: _____ Datum: _____
 Bitte um Rücksprache mit dem Arzt

Sportlehrer(in) bzw. Schüler(in): _____ Arzt, Heilpraktiker und Unterschrift: _____

Empfohlenes Formular der Gesellschaft für Pädiatrische Sportmedizin e.V.

Anmerkung

Die abgebildeten Atteste können unter www.hofmann-verlag.de im Bereich sportunterricht-Zusatzmaterial heruntergeladen werden.

Schon mal probiert? Einige außergewöhnliche Sportarten

Bobby-Car-Racing

Ausrichter von Rennen (Kinder, Jugend, Amateure, Profis) ist der Bobby-Car-Sport-Verband mit seinen Mitgliedsorganisationen oder andere lokale Veranstalter. Mit diesem „Kindergefährte“ (das auch ‚getunt‘ werden kann) wird von einer Rampe aus gestartet. Vorgeschrieben sind Integralhelm und entsprechende Schutzkleidung und die Einhaltung der Sicherheit dienender und zuvor festgelegter Regeln. Gefahren wird auf einer leicht abschüssigen Strecke.

Unterwasserhockey

Ausgerüstet mit Schnorchel und Mundschutz, Kappe mit Ohrschutz, Flossen, Maske, Handschuhen und einem speziellen kurzen Schläger aus Holz oder Kunststoff versuchen jeweils 6 Spieler einer Mannschaft auf dem Boden eines Schwimmbeckens einen kunststoffummantelten „Bleipuck“ ins gegnerische Tor (3 m breite Rinne) zu befördern.

Cross Golf

... wird überall dort gespielt, wo ein „Golfspiel“ möglich ist: auf Brachflächen, Fabrikgeländen, verlassenen Tagebauen, in freier Landschaft ... Gespielt wird (meist) mit einem normalen Eisen, wobei ein Golfball (oder ein ungefährlicherer „Lochball“) in ein zuvor festgelegtes Ziel/Loch getrieben wird. Gewonnen hat, wer die wenigsten Schläge braucht.

Golf-Cross

... ist eine Variante aus Neuseeland. Gespielt wird auf Grünflächen mit einem erförmigen Ball, der in ein Tor getrieben werden muss. Viel Zufall ist dabei im Spiel!

Heinz Lang