

3. April 2017, 12:17

Jugendliche sollen sich trotz Dispens vom Sport bewegen



Auch mit kleineren Verletzungen können Kinder und Jugendliche am Sportunterricht teilnehmen. Aber Lehrkräfte müssen wissen, welche Aktivitäten für betroffene Schülerinnen und Schüler unbedenklich sind. Dabei hilft eine neue App. (Symbolbild)
(KEYSTONE/GAETAN BALLY)

GESUNDHEIT · Jugendliche mit Sportdispens sollen sich nicht völlig aus dem Schulsportunterricht zurückziehen. Eine neue App zeigt den Betroffenen, welche Übungen sie ohne gesundheitliche Bedenken ausführen können, trotz ihrer Verletzung oder Krankheit.

Das Projekt activdispens möchte Kinder und Jugendliche dafür sensibilisieren, "wie wichtig physische Aktivität für die Gesundheit und das Wohlbefinden ist", wie es im Bulletin des Bundesamts für Gesundheit (BAG) vom Montag heisst.

Viele Kinder seien nur noch im Schulsport körperlich aktiv. Doch sobald sie von Verletzungen oder leichtem Unwohlsein geplagt würden, bewegten sie sich überhaupt nicht mehr.

activdispens unterstützt Sportlehrkräfte dabei, teildispensierte Schülerinnen und Schüler aktiv in den Sportunterricht zu integrieren. Auf einem standardisierten Formular geben Ärzte und Ärztinnen an, welche Aktivitäten für die Kinder ungefährlich sind. Dabei können sie aus einem Katalog mit 54 physiotherapeutischen Übungen auswählen. Die Übungen sind einfach und könnten ohne spezielles Material ausgeführt werden.

Gutes Echo bei Sportlehrern

Alle Unterlagen sind bereits heute online frei zugänglich. Neu ist eine kostenlose App erhältlich, die sämtliche Übungen als Video enthält. So können Gesundheitsfachleute für betroffene Jugendliche einen persönlichen Übungskatalog zusammenstellen.

Das Projekt ist eine Zusammenarbeit der Schweizerischen Arbeitsgruppe für Rehabilitationstherapie (SART) und des Schweizerischen Verbands für Sport in der Schule (SVSS). Es wurde auch von den Bundesämtern für Sport und Gesundheit unterstützt. Die Akzeptanz bei Sportlehrpersonen sei bereits sehr gross, schreibt das BAG. Nun soll activdispens bei der Ärzteschaft bekannter gemacht werden. (sda)

Diesen Artikel finden Sie unter:

<http://www.luzernerzeitung.ch/nachrichten/schweiz/Bewegung-trotz-Turndispens;art46447,1002476>