

13.11. 2015

Bewegen trotz Sportdispens: „activdispens“ im Schulsport

Von SVSS Schweizer...



Bild Rechte

SVSS

(Binningen) **Am Schweizerischen Sportmedizin Kongress Ende Oktober 2015 in Tenero wurde das Projekt „activdispens“ mit dem Posterpreis ausgezeichnet. Diese Auszeichnung bestätigt auch von Seiten der Ärzteschaft und Medizin den hohen Stellenwert einer angepassten aktiven Regeneration und Integration von Teilzeitdispensierten in den regulären Sportbetrieb.**

Der Schweizerische Verband für Sport in der Schulen (SVSS) und die Schweizerische Arbeitsgruppe für Rehabilitationstraining (SART) lancierte das Projekt „activdispens.ch“, damit Kinder und Jugendliche auch dann aktiv am Schulsport teilnehmen können, wenn sie aufgrund einer Verletzung oder Krankheit teildispensiert sind. Ärzte und Sportlehrpersonen können jetzt mit klar definierten Teilzeitdispensationen die Betroffenen aktiv am Sportunterricht teilhaben lassen.

Bewegung ist oft die beste Medizin

Activdispens bietet 54 verschiedene Bewegungsübungen an die je nach

Verletzungsart von den Kinder und Jugendlichen im Sportunterricht trotz einer Verletzung oder Krankheit ausgeführt werden können. Gemäss Claudia Diriwächter, Sportphysiotherapeutin und Vize-Präsidentin SART, die das Projekt „activdispens.ch“ mit Sportlehrer und SVSS-Vorstandsmitglied Christoph Wechsler entwickelt hat, gibt es nur wenige Verletzungen und Krankheiten, bei denen man sich nicht bewegen kann. Aktiv bewegen fördert die Regeneration und Heilung positiv und unterstützt damit Gesundheit und körperliche Fitness.

Selbsterklärende Übungen

Ein kategorisierter Übungskatalog zeigt Aktivitäten auf, welche teilzeitdispensierte Kinder und Jugendliche im Rahmen des Sportunterrichts ausführen dürfen. Die Übungen sind selbsterklärend auf einem Poster dargestellt und bieten so der sportunterrichtenden Lehrperson die Möglichkeit, entsprechend Verletzungsart oder Krankheit, sowie auf Anweisung des Arztes die passenden Übungen zusammen zu stellen. Ergänzend dazu können auf der dreisprachigen Website www.activdispens.ch die verschiedenen Übungen, welche während einer Verletzungsphase, mit den nicht verletzten Körperregionen durchgeführt werden können, als Video abgespielt werden. Zum Programm gehört auch ein spezielles Dispensationsformular auf dem die Ärzte angeben können, welche Körperteile nicht belastet werden dürfen und welche sportlichen Aktivitäten weiterhin ausgeführt werden können. Damit kann die Vollzeitdispensation erheblich gesenkt werden. Ziel des Projekts ist das Durchbrechen von Inaktivität und Immobilisation von Kindern und Jugendlichen während einer Verletzungs- oder Krankheitsphase.

Über die Organisation:

Der Schweizerische Verband für Sport in der Schule (SVSS) ist die Berufsorganisation der Bewegungs- und Sportlehrpersonen in der Schweiz.

Pressekontakt:

Georg E. Müller
SVSS PR & Marketing
Rebbergstrasse 20
8706 Meilen
Tel. 079 253 98 62
georg.mueller@svss.ch

Christoph Wechsler
SVSS Weiterbildung & Projektverantwortlicher „activdispens.ch“
Holzmattstrasse 42
4102 Binningen
Tel. 079 368 26 05
christoph.wechsler@svss.ch

Kategorie

Medizin & Gesundheit

Source URL: <https://www.presseportal-schweiz.ch/pressemeldungen/bewegen-trotz-sportdispens-activdispens-im-schulsport>