

Zeitschrift: Mobile : die Fachzeitschrift für Sport
Herausgeber: Bundesamt für Sport ; Schweizerischer Verband für Sport in der Schule
Band: 11 (2009)
Heft: 2

Rubrik: Zeitgemässe Arztzeugnisse

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

Conditions d'utilisation

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

Terms of use

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

Download PDF: 11.01.2026

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>

Zeitgemässe Arztzeugnisse

Sie sind detailliert und enthalten sachdienliche Informationen für Sportunterrichtende. Die neuartigen Arztzeugnisse begünstigen den Dialog zwischen Ärzten und der Schule. Drei Beispiele.

Text: Nicola Bignasca

Arztzeugnisse sind für die Schule und für Sportunterrichtende verbindlich. Je höher der Detaillierungsgrad, desto weniger Zweifel und Interpretationsspielraum lässt es zu. Die neuen Modelle gehen in die richtige Richtung. Vorausgesetzt, sie werden von den verantwortlichen Ärztinnen und Ärzten vernünftig ausgefüllt.

Kanton Luzern

☐ Krankheit ☐ Unfall

Dauer _____ Tage _____ Wochen

☐ kann an **keiner** sportlichen Aktivität teilnehmen.
☐ kann an **allen** sportlichen Aktivitäten teilnehmen, ausser: ...

Dispensation von

<input type="checkbox"/> Sport im Freien	<input type="checkbox"/> Schwimmen
<input type="checkbox"/> Tauchen	<input type="checkbox"/> Geräteturnen
<input type="checkbox"/> Sprungübungen/Absprung	<input type="checkbox"/> Dauerbelastung
<input type="checkbox"/> Anderes: _____	

Empfehlung an die Sportlehrperson

<input type="checkbox"/> Kraftraum möglich	<input type="checkbox"/> Spezifisches Training
<input type="checkbox"/> Spezifisches Aufbautraining	<input type="checkbox"/> Rücksprache erwünscht

Wertung

- ✓ Empfehlungen an die Sportlehrkräfte
- ✓ Kontakt mit pflegendem Arzt möglich
- Keine Dispositionen für langfristige Dispensationen
- Keine Empfehlungen für Teamspiele

Kanton Genf

Der Schüler kann nicht am Sportunterricht teilnehmen vom _____ bis _____ (weniger als drei Monate)

Stufe I: ☐ kann an allen sportlichen Aktivitäten teilnehmen, ausser: _____

Stufe II: ☐ kann während 10 Minuten rennen
☐ kann an Mannschaftsspielen teilnehmen

Stufe III: ☐ kann während 20 bis 30 Minuten gehen
☐ kann Stretching machen

Stufe IV: ☐ kann an keiner sportlichen Aktivität teilnehmen

Bemerkungen:

- ☐ Der Schüler muss das Zeugnis vor der dritten Absenz vorweisen.
- ☐ Das Zeugnis ist maximal für drei Monate anwendbar.
- ☐ Der Schüler darf die Schule nicht verlassen.
- ☐ Im Rahmen seiner Möglichkeiten muss der Schüler an den Lektionen teilhaben (Zeitmessen, Schiedsrichter, Beobachter...).
- ☐ Als Ersatzbeschäftigung kann vom Schüler eine schriftliche Arbeit verlangt werden.

Wertung

- ✓ Genaue Definition der Behinderungsstufen.
- ✓ Abgabetermin des Zeugnisses ist definiert.
- Sportunterrichtende haben keine Möglichkeit, mit dem Arzt Kontakt aufzunehmen.

Kanton Tessin

Wertung

- ✓ Schulärztlicher Dienst wird mit einbezogen.
- Sportunterrichtende haben keine Möglichkeit, mit dem Arzt Kontakt aufzunehmen.

- ☐ Der Schüler muss gänzlich vom Sportunterricht befreit werden (maximal 1 Monat).
- ☐ Der Schüler kann an angepassten Aktivitäten teilnehmen:
 - ☐ kann rennen
 - ☐ kann laufen und leichte Übungen ausführen
 - ☐ kann an Mannschaftsspielen teilnehmen
 - ☐ kann keine Übungen ausführen, am Sportunterricht teilnehmen als Schiedsrichter, Beobachter ...

Bemerkungen:

Der Schularzt muss bestätigen, dass ein Schüler nicht am Sportunterricht teilnehmen kann, wenn die Absenz länger als einen Monat dauert, zum Beispiel: Verletzungen mit Gipsverbänden, Zwang mit Krücken zu gehen. Darüberhinaus muss der Schularzt auf Verlangen der Schule auch Dispensationen verifizieren, die kürzer als einen Monat sind.

«Heute gehts mir nicht gut!»

Wie kann eine Sportlehrperson reagieren, wenn Schüler/-innen mit Beschwerden, die keiner ärztlichen Abklärung bedürfen, kurz vor dem Unterricht einen Dispens beantragen? Susanne Paulet, Ärztin am Swiss Olympic Medical Center am BASPO, hat eine Tabelle mit den häufigsten Beschwerden zusammengestellt. Mit angemessenen Massnahmen ist noch vieles möglich.

Symptom	Möglich	Nicht empfohlen	Besondere Hinweise
Erkältung ohne Fieber	leichte Gymnastik, leichte Ball- und Mannschaftssportarten, Techniktrainings	Ausdauertrainings, hochintensive Trainings, Wassersport	bei Husten länger als 1 Woche: ärztliche Abklärung empfohlen
Fieber	kompletter Sportdispens!	alle Sportarten!	kompletter Schul- und Sportdispens bis fieberfrei!
Kopfschmerzen	leichte Gymnastik, lockere Ballsportarten, Techniktrainings am Boden, lockeres Schwimmen	hochintensive Trainings, Sportarten, welche eine hohe Konzentration erfordern (z.B. Geräteturnen) oder sturzgefährdet sind	bei wiederholten Kopfschmerzen oder Begleitsymptomen wie Erbrechen: ärztliche Abklärung
Übelkeit ohne Erbrechen	alles mit aufrechter Körperhaltung	keine Übungen mit Kopftieflage oder schnellen Kopfbewegungen (Bodenturnen, Kopfstand etc.)	bei Erbrechen: Sportdispens
Menstruationsbeschwerden	grundsätzlich alles, je nach Ausprägung der Beschwerden		bei jüngeren Mädchen Dispens vom Wassersport
Rückenschmerzen	was schmerzfrei möglich ist	Übungen mit forcierter Bewegung der Wirbelsäule Übungen mit harten Schlägen (Abgänge etc.)	bei chronischen/starken Rückenbeschwerden und/oder Begleitsymptomen (Schwäche etc.) ärztliche Abklärung dringend empfohlen
Allergien	alles ohne Allergenexposition	Allergenexposition (z.B. saisonal Sport im Freien bei Pollenallergikern)	Bei schweren Allergikern auf Notfall-Set achten!

Eine weitere Tabelle mit den häufigsten Pathologien und entsprechenden Massnahmen finden Sie auf unserer Website.
www.mobile-sport.ch